# సాక్షి
## అనంతపురం

ఆదివారం । 7 । మే । 2023






**చీనీ టన్ను రూ.39 వేలు**

అనంతపురం మార్కెట్‌యార్డులో శనివారం చీనీకాయలు టన్ను గరిష్ట ధర రూ.39 వేలు పలికాయి.



**ప్రతి రైతుకూ న్యాయం**

పంట నష్టపోయిన ప్రతి రైతుకూ న్యాయం జరిగేలా చూస్తామని ఉద్యాన శాఖ కమిషనర్ హామీ ఇచ్చారు. IIలో

గరిష్టం/కనిష్టం
39.1°/23.3°

జిల్లా అంతటా శనివారం పగలు, రాత్రి ఉష్ణోగ్రతలు పెరిగాయి. ఆకాశం పాక్షికంగా మేఘావృతమై..అక్కడక్కడ వర్షం కురిసింది.



## న్యూస్‌రీల్

### హంసవాహనంపై లక్ష్మీనృసింహుడు



**ఉరవకొండ:** పెన్నహోబిలం బ్రహ్మోత్సవాల్లో శనివారం లక్ష్మీనృసింహుడు హంసవాహనంపై భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఉదయం మూలవిరాట్‌కు విశేష పూజలు, అభిషేకాలు నిర్వహించిన అనంతరం ఉత్సవ మూర్తులను హంసవాహనంపై కొలువుదీర్చారు. అనంతరం మాడ వీధుల్లో ఊరేగించారు. కార్యక్రమంలో ఈఓ విజయ్‌కుమార్, ప్రధాన అర్చకులు ద్వారకనాథాచార్యులు, బాలాజీస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### ప్రజలతో మమేకమవ్వాలి



రికార్డులు పరిశీలిస్తున్న డీఐజీ అమ్మిరెడ్డి

**ఆత్మకూరు:** ప్రజలతో పోలీసులు మమేకం కావాలని డీఐజీ అమ్మిరెడ్డి సూచించారు. శనివారం ఆయన ఆత్మకూరు పోలీస్ స్టేషన్‌లో సిబ్బందితో 'కాఫీ విత్ మెన్' కార్యక్రమం నిర్వహించారు. మహిళా పోలీసులు, గ్రామ పోలీసులతో సమాచారం తెలుసుకుని.. అవాంఛనీయ ఘటనలు జరగకుండా చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. సమస్యాత్మక గ్రామాల్లో ప్రత్యేక నిఘా ఉంచి శాంతిభద్రతలు అదుపులో ఉండేలా చేయాలన్నారు. రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణ చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. ఆత్మకూరుకు నూతన ఎస్‌ఐని త్వరలోనే నియమిస్తామన్నారు.

# అన్ని ప్రాంతాలూ సమానమే

- జెడ్పీ సమావేశంలో మంత్రి ఉషశ్రీచరణ్
- 15వ ఆర్థిక సంఘం నిధుల కేటాయింపుపై సభ్యులకు హామీ
- కులం, మతం, ప్రాంతం చూడకుండా నిధులు మంజూరు చేస్తామని వెల్లడి







జిల్లా పరిషత్ సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న మంత్రి ఉషశ్రీచరణ్, చిత్రంలో జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ గిరిజమ్మ, కలెక్టర్ గౌతమి, హాజరైన సభ్యులు

**అనంతపురం సిటీ:** 'కులం, మతం, ప్రాంతం చూడం. అన్ని ప్రాంతాలనూ సమానంగా అభివృద్ధి చేయాలన్నదే ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డి సంకల్పం. ఆయన ఆశయాలకనుగుణంగా ఉమ్మడి జిల్లాలోని 63 మండలాలనూ సమానంగా చూస్తాం. పథకం ఏదైనా.. నిధుల కేటాయింపులో ఏ ప్రాంతానికీ అన్యాయం జరగకుండా చూస్తాం. అన్ని ప్రాంతాలకూ సమాన వాటా పంచుతాం. అభివృద్ధి కూడా చేస్తాం' అని రాష్ట్ర స్త్రీ, శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి ఉషశ్రీచరణ్ హామీ ఇచ్చారు. ఉమ్మడి జిల్లా పరిషత్ సాధారణ సర్వసభ్య సమావేశం చైర్‌పర్సన్ బోయ గిరిజమ్మ అధ్యక్షతన శనివారం ఉదయం 11 గంటలకు ప్రారంభమైంది. మంత్రి ఉషశ్రీతో పాటు ఎమ్మెల్సీ మంగమ్మ, అనంతపురం కలెక్టర్ ఎం.గౌతమి, అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ ప్రశాంత్‌కుమార్, జెడ్పీ సీఈఓ భాస్కర్‌రెడ్డి, డిప్యూటీ సీఈఓ అమృతరాజ్ హాజరయ్యారు. జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ చర్చను ప్రారంభిస్తూ విద్యాశాఖ అధికారులను వేదికపైకి పిలిచారు. విద్యా శాఖ అధికారులు తమ శాఖ ప్రగతి గురించి వివరిస్తుండగానే తమ ప్రాంతాల్లోని హైస్కూళ్లలో అదనపు తరగతి గదుల మంజూరు, ఇంకా ఇతర సమస్యలపై అనంతపురం జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు చంద్రకుమార్, చిలమత్తూరు జెడ్పీటీసీ సభ్యురాలు అనూష, గోరంట్ల జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు జయరాం, లేపాక్షి జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు శ్రీనివాసులరెడ్డి, ఓబుళదేవరచెరువు జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు కుర్లి దామోదర్‌రెడ్డి అధికారుల దృష్టికి తీసుకువచ్చారు.

**అన్ని ప్రాంతాలకూ న్యాయం చేయాలి**

15వ ఆర్థిక సంఘం నిధుల కేటాయింపులో వివక్ష చూపుతున్నారని ఓబుళదేవరచెరువు జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు కుర్లి దామోదర్‌రెడ్డి ధ్వజమెత్తారు. కొన్ని ప్రాంతాలకే నిధులు దండిగా కేటాయించి, మరికొన్ని ప్రాంతాలను పూర్తిగా విస్మరిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ఇదే అంశానికి సంబంధించి గుమ్మఘట్ట జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు పీఎస్ మహేష్ కూడా అసంతృప్తి వెళ్లగక్కారు. వజ్రకరూరు జెడ్పీటీసీ సభ్యురాలు కురుబ తేజస్విని '15వ ఆర్థిక సంఘం నిధులు అన్ని ప్రాంతాలకూ కేటాయించాలి' అంటూ ప్లకార్డు ప్రదర్శించారు. ఇదే సమయంలో గందరగోళం చెలరేగగా.. మంత్రి ఉషశ్రీచరణ్ జోక్యం చేసుకున్నారు. ఏయే మండలాలకు ఇప్పటి వరకు నిధులు రాలేదో చేతులెత్తాలని కోరగా.. సుమారు 20 మంది చేతులెత్తారు. అంతలోనే ఓబుళదేవరచెరువు, గుమ్మఘట్ట, వజ్రకరూరు జెడ్పీటీసీ సభ్యులు సమావేశం నుంచి బయటకు వెళ్లిపోయారు. వారిని మరో ఎనిమిది మంది అనుసరించారు. జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ గిరిజమ్మ మాట్లాడుతూ 15వ ఆర్థిక సంఘమైనా, ఇతర ఏ స్కీం నిధులైనా అన్ని ప్రాంతాలకూ సమానంగా పంచుతున్నామని, ఈ విషయంలో పూర్తి పారదర్శకంగా ఉన్నామని చెప్పారు. వివక్ష చూపుతున్నారనడంలో అర్థం లేదన్నారు. ప్రభుత్వ కార్యక్రమాలకు తమను పిలవకుండా అధికారులు అవమానిస్తున్నారని పలువురు సభ్యులు వాపోయారు. అధికారుల తీరు మారకపోతే చర్యలు తప్పవని మంత్రి, జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ హెచ్చరించారు. ప్రైవేటు, కార్పొరేట్ పాఠశాలల్లో పేదలకు 25 శాతం సీట్ల కేటాయింపు అమలు కావడం లేదని, ఆయా పాఠశాలల వారితో విద్యా శాఖ అధికారులు కుమ్మక్కై నీరుగారుస్తున్నారని కంబదూరు జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు నాగరాజు ఆరోపించారు. రైతులకు మినీ ట్రాక్టర్లు మంజూరు చేయాలని లేపాక్షి జెడ్పీటీసీ సభ్యుడు శ్రీనివాసులరెడ్డి కోరారు. చాలా ప్రాంతాల్లో డ్వాక్రా సంఘాల నిధులను యానిమేటర్లు స్వాహా చేస్తున్నారని బుక్కరాయసముద్రం, ఉరవకొండ జెడ్పీటీసీ సభ్యులు భాస్కర్, పార్వతమ్మ ఆరోపించారు. వాటిపై తక్షణం విచారణ చేసి, బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలని డీఆర్‌డీఏ పీడీ నరసింహారెడ్డిని కలెక్టర్ గౌతమి ఆదేశించారు.

**సభ్యులు సంయమనం పాటించాలి**

ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి పాలనలో నిధుల మంజూరు, వినియోగం అంతా పారదర్శకంగా జరుగుతోంది. కులం, మతం, ప్రాంతం, పార్టీ ఏదీ చూడకుండా అన్ని ప్రాంతాల అభివృద్ధే ధ్యేయంగా పాలన సాగిస్తున్నారు. మీరు సంయమనం పాటించండి. సమస్యలు ఏమైనా ఉంటే నిర్మొహమాటంగా చెప్పండి. వాటి పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకుంటాం. 15వ ఆర్థిక సంఘం నిధులే గాక ఇతర ఏ స్కీం నిధులైనా అన్ని మండలాలకూ సమానంగా మంజూరు చేస్తాం. అందుకు అవసరమైతే త్వరలోనే ప్రత్యేకంగా సమావేశమై చర్చించి, నిర్ణయం తీసుకుందాం.
– ఉషశ్రీచరణ్, స్త్రీ, శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి

**ఇళ్ల నిర్మాణంలో భాగస్వాములు కండి**

వైఎస్సార్–జగనన్న కాలనీల్లో ఇళ్ల నిర్మాణాలు వేగవంతమయ్యేలా జెడ్పీటీసీ సభ్యులు, ఎంపీపీలు చొరవ చూపాలి. లబ్ధిదారులందరూ ఇళ్లు కట్టుకునేలా చైతన్యం తీసుకురావాలి. ఒక్కో ప్రజాప్రతినిధి కనీసం వంద ఇళ్ల బాధ్యత తీసుకోవాలి. డ్వాక్రా మహిళలకు ఇచ్చే రుణాలపైనా అవగాహన కల్పించండి. ప్రైవేటు, కార్పొరేట్ విద్యా సంస్థల్లో పేద పిల్లలకు 25 శాతం సీట్ల కేటాయింపుపై విధి విధానాలు రూపొందిస్తున్నాం. రెయిన్ గన్ల రికవరీకి చర్యలు తీసుకుంటాం.
– ఎం.గౌతమి, కలెక్టర్, అనంతపురం జిల్లా

### మండువేసవిలో చల్లచల్లగా..

- వారం రోజుల్లో 75 మి.మీ వర్షపాతం నమోదు



**అనంతపురం అగ్రికల్చర్:** అసలే మండు వేసవి. 40 నుంచి 42 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రలతో సెగలు కక్కాల్సిన సమయం. భానుడి భగభగల మధ్య జనం ఉక్కిరిబిక్కిరి కావాల్సిన వేళ. ఇలాంటి సమయంలో గ్రీష్మతాపంపై వరుణుడు నీళ్లు చల్లాడు. వారం రోజులుగా వాతావరణం పూర్తిగా మారిపోయింది. ఉష్ణోగ్రతలు 34 నుంచి 38 డిగ్రీల మధ్య నమోదవుతున్నాయి. ఆకాశం మేఘావృతమై రోజూ అక్కడక్కడా చినుకులు పడుతున్నాయి. మధ్యాహ్న సమయంలో కాస్త ఉక్కపోత ఉన్నా... సాయంత్రం, రాత్రికి చల్లదనంగా మారుతోంది. వారం రోజుల్లోనే జిల్లా వ్యాప్తంగా సగటున 75 మి.మీ మేర వర్షపాతం నమోదు కావడం విశేషం. ఏప్రిల్ 29న మొదలైన వర్షాలు ఇంకా అక్కడక్కడా కొనసాగుతున్నాయి. 29న 18.7 మి.మీ, 30న 8.9, మే 1న 19.2, రెండో తేదీన 3.7, మూడో తేదీన 4, ఐదో తేదీన 18.8 మి.మీ వర్షం కురిసింది. కళ్యాణదుర్గం మండలంలో అత్యధికంగా 106.3 మి.మీ, గుంతకల్లులో 100.8 మి.మీ వర్షం కురిసింది. ఉరవకొండ, వజ్రకరూరు, బొమ్మనహాళ్, గుమ్మఘట్ట, విడపనకల్లు, గుత్తి, యాడికి, పామిడి, నార్పల తదితర మండలాల్లో 50 మి.మీ నుంచి 80 మి.మీ మేర వర్షపాతం నమోదైంది. మిగతా మండలాల్లో పదును వర్షం కురిసింది. నెల రోజులు ముందుగానే విస్తారంగా వర్షాలు పడటంతో ఖరీఫ్ సేద్యానికి రైతులు సిద్ధమవుతున్నారు.



# 'పది'లో మెరిసిన బాలికలు

- బాలికలు 70.06, బాలురు 62.68 శాతం ఉత్తీర్ణత
- రాష్ట్రంలో 'అనంత'కు 20వ స్థానం
- 16 స్కూళ్లలో వంద శాతం ఫలితాలు



**రాప్తాడు రూరల్:** పదో తరగతి ఫలితాల్లో బాలికలు మెరిశారు. విద్యాశాఖ మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ శనివారం టెన్త్ ఫలితాలు విడుదల చేశారు. విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు, బంధువులు వెంటనే మొబైల్ ఫోన్లు, నెట్‌సెంటర్లలో వెబ్‌సైట్లను సందర్శించి మార్కులు చూసుకున్నారు. జిల్లాలో గతేడాదికంటే మెరుగైన ఉత్తీర్ణత శాతం రావడం ఊరటనిచ్చింది. జిల్లాలో మొత్తం 29,666 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలకు హాజరుకాగా 19,654 మంది (66.25 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు. వీరిలో 14,359 మంది బాలికలకు గాను 10,060 మంది (70.06 శాతం) పాసయ్యారు. బాలురు 15,307 మందికి గాను 9,564 (66.25 శాతం) మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. జిల్లా వ్యాప్తంగా 16 స్కూళ్లు వందశాతం ఉత్తీర్ణత సాధించాయి. ఉత్తీర్ణులైన వారిలో 14,652 మంది ప్రథమశ్రేణి, 3,460 మంది ద్వితీయ శ్రేణి, 1,452 మంది తృతీయ శ్రేణిలో ఉన్నారు. గతేడాది ఉమ్మడి జిల్లాలో 49.70 శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించారు. ఈసారి ఫలితాల్లో 16 శాతం ఉత్తీర్ణత పెరిగింది.

**ఫలించిన 'నైట్ విజన్'**

పదో తరగతి పరీక్షలపై అధికారులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. విద్యాశాఖ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన 'నైట్ విజన్' కార్యక్రమం సత్ఫలితాన్నిచ్చింది. రోజూ సాయంత్రం నుంచి రాత్రి దాకా డీఈఓ, డిప్యూటీ డీఈఓలు, హెచ్‌ఎంలు, ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థుల ఇళ్ల వద్దకే వెళ్లి ఏ విధంగా చదువుతున్నారనే అంశాన్ని పరిశీలించి, వారితోపాటు తల్లిదండ్రులకు అవగాహన కల్పించారు. ఆశించిన స్థాయిలో ఫలితాలు రావడంతో డీఈఓ సాయిరామ్, ప్రభుత్వ పరీక్షల అసిస్టెంట్ కమిషనర్ గోవిందునాయక్, డిప్యూటీ డీఈఓలు పద్మప్రియ, శంకరప్రసాద్, సిబ్బంది కేక్ కట్ చేసి సంబరాలు జరుపుకొన్నారు.

**టాప్‌లో రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లు**

ఏపీ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లు టాప్‌లో నిలిచాయి. 220 మంది విద్యార్థులకు గాను 202 మంది (91.82 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు. ప్రైవేట్ స్కూళ్లలో 10,746 మందికి గాను 9,609 మంది (89.42 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు. బీసీ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లు 87.29 శాతం, సోషల్ వెల్ఫేర్ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లు 85.23 శాతం, మోడల్ స్కూళ్లు 74.89 శాతం, ప్రైవేట్ ఎయిడెడ్ స్కూళ్లు 67.12 శాతం, కేజీబీవీలు 58.50 శాతం, ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ స్కూళ్లు 51.34 శాతం, మునిసిపల్ స్కూళ్లు 51.01 శాతం, జెడ్పీ స్కూళ్లు 47.70 శాతం, ప్రభుత్వ స్కూళ్లు 47.50 శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించాయి.

**తాడిపత్రి ఫస్ట్.. కూడేరు లాస్ట్**

పదో తరగతి ఫలితాల్లో తాడిపత్రి మండలం మొదటి స్థానంలో నిలవగా.. కూడేరు మండలం చివరి స్థానంలో నిలిచింది. తాడిపత్రిలో 2,418 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలు రాయగా 79.45 శాతం మంది ఉత్తీర్ణత సాధించారు. అనంతపురంలో 7,276 మంది విద్యార్థులకు గాను 5,695 మంది (78.27 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించి రెండో స్థానంలో నిలిచారు. ఇక చివరి స్థానంలో ఉన్న కూడేరులో 337 మంది విద్యార్థులకు గాను 122 మంది (36.20 శాతం) పాసయ్యారు.

**గణితంలోనే ఎక్కువమంది ఫెయిల్**

సబ్జెక్టుల వారీగా పరిశీలిస్తే జిల్లాలో ఎక్కువమంది విద్యార్థులు గణితం ఫెయిలయ్యారు. ఇంగ్లిష్ పరీక్షలో టాప్ లేపారు. తెలుగు పరీక్ష 29,501 మంది రాస్తే 26,439 మంది (89.62 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు. హిందీ/సంస్కృతం పరీక్ష 29,488 మంది విద్యార్థులు రాయగా 26,916 మంది (91.28 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు. ఇంగ్లిష్ పరీక్ష 29,482 మంది రాయగా 28,798 మంది (97.68 శాతం), గణితం పరీక్ష 29,479 మంది రాయగా 21,931 మంది (74.40 శాతం), సైన్స్ పరీక్ష 29,464 మంది రాయగా 23,939 మంది (81.21 శాతం), సోషల్ పరీక్ష 29,469 మంది రాయగా 27,452 మంది (93.16 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు.

**ఫలితాలపై లోతుగా అధ్యయనం**

గతేడాదికంటే జిల్లాలో పదో తరగతి ఫలితాల శాతం బాగా పెరిగిందని డీఈఓ సాయిరామ్ అన్నారు. శనివారం పదో తరగతి ఫలితాలు విడుదల అనంతరం ఆయన మాట్లాడారు. సబ్జెక్టు టీచర్లు ఉండికూడా విద్యార్థులు ఎందుకు ఫెయిల్ అయ్యారు, సబ్జెక్టు టీచర్ల కొరత ఉన్నచోట్ల టీచర్లను సర్దుబాటు చేసినా ఆశించిన ఫలితాలు ఎందుకు రాలేదు, విద్యార్థులు ఎందుకు వెనుకబడి ఉన్నారనే విషయంపై లోతుగా అధ్యయనం చేస్తామన్నారు. ఫెయిలైన, మార్కులు తక్కువ వచ్చిన విద్యార్థులను తల్లిదండ్రులు, కుటుంబ సభ్యులెవరూ నిరుత్సాహపరచదొద్దని డీఈఓ విజ్ఞప్తి చేశారు. సప్లిమెంటరీ పరీక్షల్లో సఫలీకృతులయ్యేలా సన్నద్ధం చేయాలి తప్ప పిల్లలను కించపరచరాదన్నారు.

### నేడు నీట్

**అనంతపురం:** మెడిసిన్ కోర్సుల్లో ప్రవేశానికి జాతీయ అర్హత ప్రవేశ పరీక్ష (నీట్) – 2023 ఆదివారం జరగనుంది. అనంతపురంలోని ఆరు కేంద్రాల్లో పరీక్షలు నిర్వహించేందుకు ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసినట్లు 'నీట్' సిటీ కో ఆర్డినేటర్ ఎస్.కరీం ఖాన్ తెలిపారు. ఎస్ఎస్‌బీఎన్ కళాశాల పరీక్ష కేంద్రంలో 936 మంది, ఎస్కేయూ క్యాంపస్ ఇంజినీరింగ్ కళాశాలలో 600 మంది, కేఎస్ఎన్ ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల (బాలికలు)లో 504 మంది, ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల (బాయ్స్)లో 408, రాజేంద్ర మునిసిపల్ ఉన్నత పాఠశాలలో 360 మంది, కేఎస్‌ఆర్ ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల (బాలికల) మునిసిపల్ ఆఫీస్ పక్కన, అనంతపురం)లో 166 మంది పరీక్ష రాయనున్నారు. అభ్యర్థులు మధ్యాహ్నం 1:30 గంటలోపే పరీక్ష కేంద్రంలోకి చేరుకోవాలని సూచించారు. మధ్యాహ్నం 2 నుంచి సాయంత్రం 5:20 గంటల వరకు పరీక్ష జరుగుతుందన్నారు.



### పోస్టల్ ఉద్యోగుల సొసైటీ ఎన్నికలు నేడు

**అనంతపురం సిటీ:** అనంతపురం డివిజన్ తపాలా శాఖ ఉద్యోగుల పరస్పర సహకార సంఘం ఎన్నికలు ఆదివారం నిర్వహించనున్నట్లు ఎన్నికల అధికారి ఎస్.కుమార్ శనివారం తెలిపారు. నగరంలోని ఆదిమూర్తినగర్‌లో గల గిల్డ్ ఆఫ్ సర్వీస్ బాలికల పాఠశాలలో ఉదయం ఏడు గంటల నుంచే పోలింగ్ మొదలవుతుందని వెల్లడించారు. మొత్తం 11 డైరెక్టర్ స్థానాలకు జరుగుతున్న ఎన్నికల్లో తొమ్మిది స్థానాలు రెగ్యులర్ ఉద్యోగులకు, రెండు స్థానాలు జీడీఎస్ ఉద్యోగులకు కేటాయించిన సంగతి తెలిసిందే. 22 మంది అభ్యర్థులు ఎన్నికల్లో పోటీ చేస్తున్నారు.

# చిరుధాన్యాలతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం





చిరుధాన్యాల స్టాల్స్‌ను పరిశీలిస్తున్న ఎంపీ రంగయ్య, వ్యవసాయ యంత్ర పరికరాలను తిలకిస్తున్న రైతులు

**గార్లదిన్నె:** అత్యధిక పోషక విలువలు గల చిరుధాన్యాలను ఆహారంగా తీసుకుంటే సంపూర్ణ ఆరోగ్యం లభిస్తుందని అనంతపురం ఎంపీ తలారి రంగయ్య తెలిపారు. శనివారం గార్లదిన్నె మండల పరిధిలోని దక్షిణ క్షేత్ర వ్యవసాయ యంత్రాల శిక్షణ పరీక్షణ సంస్థ (ట్రాక్టర్ నగర్)లో 'కృషి దర్శన్ ఎక్స్‌పో– 2023' నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఎంపీ మాట్లాడుతూ గర్భిణులు, బాలింతలు, చిన్నారులతో పాటు ప్రతి ఒక్కరూ కొర్రలు, జొన్నలు, రాగులు, సజ్జలు, పెసలు వంటి చిరుధాన్యాలను ఆహార పదార్థాలుగా వినియోగించుకొని ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షించుకోవాలన్నారు. రైతులు వ్యవసాయంలో ఆధునిక యంత్ర పరికరాలు వినియోగించడం వల్ల కూలీల ఖర్చు తగ్గుతుందన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం వ్యవసాయ యంత్రపరికరాలను సబ్సిడీపై రైతులకు అందించాలన్నారు. అంతకు ముందు వివిధ రాష్ట్రాల కంపెనీలు తయారు చేసిన వ్యవసాయ యంత్ర పరికరాలు, పిచికారీ డ్రోన్‌లు, పవర్ టిల్లర్లు, ఆధునిక స్ప్రేయర్లు, ట్రాక్టర్లు ప్రదర్శనకు ఉంచారు. యంత్ర పరికరాలు, చిరుధాన్యాల స్టాల్స్ రైతులను ఎంతగానో ఆకట్టుకున్నాయి. కార్యక్రమంలో ట్రాక్టర్ నగర్ ఇన్‌చార్జ్ డైరెక్టర్ కమలాబాయి, అసోం బిష్వనాథ్, చరియాలి సంస్థ డైరెక్టర్ పీపీ రావు, వ్యవసాయ, రైతుల సంక్షేమ మంత్రిత్వ శాఖ అసిస్టెంట్ కమిషనర్ కోటేశ్వరరావు, అడిషనల్ కమిషనర్ కాలే, డిప్యూటీ కమిషనర్ రమేష్‌రాం, బుదినీ సంస్థ డైరెక్టర్ ఏకే ఉపాధ్యాయ, ఆర్డీటీ ఎకాలజీ డైరెక్టర్ నాగేశ్వరరెడ్డి, కేవీకే ప్రోగ్రామ్ కో–ఆర్డినేటర్ మల్లేశ్వరి, అనంతపురం ఏడీ వెంకటరాముడు, ఏఓ సోమశేఖర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## క్లుప్తంగా

### క్రీడాగ్రామాన్ని సందర్శించిన భారత మాజీ క్రికెటర్



వర్ధమాన క్రీడాకారులకు సూచనలిస్తున్న సుజిత్ సోమసుందర్

అనంతపురం: జిల్లా కేంద్రం శివారులోని అనంత క్రీడాగ్రామాన్ని భారత మాజీ క్రికెటర్, నేషనల్ క్రికెట్ అకాడమీ (ఎన్‌సీఏ) హెడ్ సుజిత్ సోమసుందర్ శనివారం సందర్శించారు. ఎన్‌సీఏ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న అండర్–16 కోచింగ్ క్యాంప్‌ను తనిఖీ చేశారు. నెట్ ప్రాక్టీస్, మైదానాన్ని పరిశీలించారు. అనంతరం క్రీడాకారులతో మాట్లాడుతూ.. ఒత్తిడిని అధిగమించి విజేతగా ఎలా నిలవాలనే అంశంపై అవగాహన కల్పించారు. ఆంధ్రా క్రికెట్ అసోసియేషన్, ఆర్డీటీ, అనంతపురం జిల్లా క్రికెట్ అసోసియేషన్ సంయుక్తంగా అండర్–16 క్యాంప్‌ను సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తుండడంపై హర్షం వ్యక్తం చేశారు. క్రీడాకారులకు ఉన్నత స్థాయి సౌకర్యాలు కల్పించిన ఆర్డీటీ చర్యలను అభినందించారు. కార్యక్రమంలో అనంతపురం జిల్లా క్రికెట్ అసోసియేషన్ కార్యదర్శి కె.మధు ఆచారి, సభ్యులు హెచ్.రవికాంత్, కోచ్‌లు శర్మాస్ వలీ, నజీర్ అహమ్మద్, ఆర్.కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.





# ప్రతి రైతుకూ న్యాయం చేస్తాం

- ఉద్యానశాఖ కమిషనర్ శ్రీధర్



రాప్తాడు మండలం గొందిరెడ్డిపల్లిలో రైతులతో మాట్లాడుతున్న ఉద్యానశాఖ కమిషనర్ డాక్టర్ శ్రీధర్

అనంతపురం అగ్రికల్చర్/రాప్తాడు/పామిడి/గార్లదిన్నె: ఇటీవల కురిసిన అకాల వర్షాలు, ఈదురుగాలులకు పంట నష్టపోయిన ప్రతి రైతుకూ న్యాయం జరిగేలా చర్యలు తీసుకుంటామని పంటనష్టంపై స్పెషలాఫీసర్ హోదాలో జిల్లాకు వచ్చిన ఉద్యానశాఖ కమిషనర్ శ్రీధర్ తెలిపారు. శనివారం ఆయన వ్యవ సాయ, ఉద్యానశాఖ అధికారులతో కలిసి రాప్తాడు మండలం గొందిరెడ్డిపల్లి, గార్లదిన్నె మండలం కల్లూరు, పామిడి మండలం వంకరాజు కాలువ, అనంతపురం మండలాల్లో దెబ్బతిన్న అరటి, వరి పంట పొలాలను పరిశీలించి బాధిత రైతులతో మాట్లాడారు.

**రూ.5.99 కోట్ల మేర నష్టం**

వారం రోజులుగా కురిసిన వర్షాలు, గాలులకు 13 మండలాల్లోని 58 గ్రామాల్లో 739 హెక్టార్లలో వ్యవసాయ పంటలు దెబ్బతినడంతో రూ.4.65 కోట్ల మేర నష్టం జరిగినట్లు ప్రాథమిక నివేదిక ఇచ్చారన్నారు. ఇందులో ప్రధానంగా కోతకు సిద్ధంగా ఉన్న వరి 600 హెక్టార్లకు పైగా దెబ్బతినిందన్నారు. తెలిపారు. పత్తి, మొక్కజన్న, వేరుశనగ, కొర్ర తదితర పంటలకు కొంత మేర నష్టం వాటిల్లిందన్నారు. 107 హెక్టార్లలో అరటి, చీనీ, నిమ్మ, మామిడి, ఆకు, టమాట, బొప్పాయి, బీర, సొర, మునగ తదితర ఉద్యాన పంటలు దెబ్బతినడంతో 111 మంది రైతులకు సంబంధించి రూ.1.34 కోట్ల వరకు నష్టం జరిగినట్లు ప్రాథమిక నివేదిక ఇచ్చారన్నారు. వ్యవసాయ, ఉద్యాన పంటలకు సంబంధించి మొత్తంగా రూ.5.99 కోట్ల మేర నష్టం వాటిల్లినట్లు వివరించారు.

**వాస్తవ పరిస్థితి తెలుసుకునేందుకే..**

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆదేశాల మేరకు నష్టపోయిన ప్రతి రైతుకూ న్యాయం చేయడానికి వాస్తవ పరిస్థితులు తెలుసుకునేందుకు క్షేత్రస్థాయిలో పర్యటిస్తున్నట్లు కమిషనర్ తెలిపారు. ప్రాథమిక నివేదికల ఆధారంగా మరోసారి సమగ్ర పంటనష్టం నివేదిక తయారు చేసి నిబంధనల మేరకు సాధ్యమైనంత తొందరగా రైతులకు ఇన్‌పుట్ సబ్సిడీ (పెట్టుబడి రాయితీ) అందించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

**తడిచిన ధాన్యం కొనుగోలు చేస్తాం**

అకాల వర్షాలకు తడిచిన, రంగు మారిన ధాన్యాన్ని ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు కొనుగోలు చేస్తామని కమిషనర్ పేర్కొన్నారు. గార్లదిన్నె మండలం కల్లూరులో ఆయన రైతులతో మాట్లాడుతూ.. రాబోవు రెండు రోజులూ వర్ష సూచన ఉందని, ఈ విషయంగా వరి రైతులందరూ తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. కమిషనర్ వెంట జిల్లా వ్యవసాయ అధికారి బి.చంద్రానాయక్, ఉద్యానశాఖ ఇన్‌చార్జ్ డీడీ నరసింహారావు, ఏపీఎంఐపీ పీడీ జి.ఫిరోజ్‌ఖాన్, ఆయా మండలాల అధికారులు. ఉద్యాన వర్సిటీ బోర్డు సభ్యుడు గద్దె కేశవరెడ్డి, హెచ్‌ఓలు, ఏఓలు, ఆర్‌బీకే అసిస్టెంట్లు పాల్గొన్నారు. కాగా, పంట నష్టంపై ఆదివారం సైతం స్పెషలాఫీసర్ పర్యటన ఉంటుందని ఉద్యానశాఖ వర్గాలు తెలిపాయి.

# 16 క్రీడాంశాల్లో వేసవి శిక్షణ

- జిల్లాలో 50 శిక్షణ శిబిరాల నిర్వహణ
- ఈ నెల 31 వరకు శిక్షణ

అనంతపురం: రాష్ట్ర, జిల్లా క్రీడా ప్రాధికార సంస్థలు సంయుక్తంగా జిల్లాలో వేసవి క్రీడాశిక్షణ శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్నాయి. 16 క్రీడాంశాల్లో ఉచిత శిక్షణ ఇస్తున్నాయి. జిల్లా వ్యాప్తంగా మొత్తం 50 కేంద్రాల్లో శిబిరాలు నడుస్తున్నాయి. ఉదయం 5.30 నుంచి 8 గంటల వరకు, సాయంత్రం 5 నుంచి 7 గంటల వరకు శిక్షణ ఇస్తున్నారు. ప్రతి కేంద్రంలోనూ 20 మంది బాలురు, 20 మంది బాలికలు తప్పనిసరిగా శిక్షణ పొందేలా చర్యలు చేపట్టారు. ఈ నెల ఒకటి నుంచి మొదలైన శిబిరాలు 31వ తేదీ వరకు కొనసాగనున్నాయి.

**క్రీడాశిక్షణ శిబిరాల వివరాలు**

| క్రీడాంశం | కేంద్రం | కోచ్ ఫోన్ నెంబర్ |
|---|---|---|
| ఫుట్‌బాల్ | ఎంపీయూపీ, పాలెం తండా | 9014121957 |
| ఫెన్సింగ్ | ఢిల్లీ పబ్లిక్ స్కూల్, అనంతపురం | 08554-353223 |
| ఆర్చరీ | ఢిల్లీ పబ్లిక్ స్కూల్, అనంతపురం | 95504 51404 |
| వెయిట్ లిఫ్టింగ్ | ఇండోర్ స్టేడియం, అనంతపురం | 9440215690 |
| వాలీబాల్ | నూతిమడుగు | 76708 36586 |
| వాలీబాల్ | తాటిచెర్ల | 08554-353223 |
| వెయిట్ లిఫ్టింగ్ | తాటిచెర్ల | 86396 68290 |
| బాస్కెట్‌బాల్ | జెడ్పీహెచ్ఎస్, మరూరు | 9848440786 |
| వెయిట్‌లిఫ్టింగ్ | నూతిమడుగు | 77949 11225 |
| హాకీ | కళ్యాణదుర్గం | 99669 46275 |
| బాస్కెట్‌బాల్ | కళ్యాణదుర్గం | 90592 77195 |
| వాలీబాల్ | కళ్యాణదుర్గం | 94406 12288 |
| ఫుట్‌బాల్ | కళ్యాణదుర్గం | 96183 88456 |
| హాకీ | జెడ్పీహెచ్ఎస్, హవళిగి | 89193 03635 |
| హాకీ | కళ్యాణదుర్గం క్లబ్ | 70138 35182 |
| హాకీ | జెడ్పీహెచ్ఎస్, పాల్తూరు | 94933 66066 |
| బాస్కెట్‌బాల్ | జీజేసీ, ఉరవకొండ | 99635 82502 |
| వాలీబాల్ | జీజేసీ, ఉరవకొండ | 97045 3286 |
| టేబుల్ టెన్నిస్ | జీజేసీ, ఉరవకొండ | 95331 03638 |
| జూడో | బెళుగుప్ప | 95058 20130 |
| జూడో | కళ్యాణదుర్గం | 94915 57168 |
| జూడో | ఉరవకొండ | 970174625 |
| జూడో | కోనఉప్పలపాడు | 9000619889 |
| జూడో | తాడిపత్రి | 93903 64152 |
| జూడో | పెనకచెర్ల డ్యాం | 7036643957 |
| ఆర్చరీ | ఆన్‌సెట్, అనంతపురం | 9492738309 |
| బాస్కెట్‌బాల్ | ఎస్ఎస్‌బీఎన్, అనంతపురం | 85000 77011 |
| బాస్కెట్‌బాల్ | జెడ్పీహెచ్ఎస్, రాయదుర్గం | 9885498231 |
| ఫుట్‌బాల్ | ఆర్ట్స్ కళాశాల, అనంతపురం | 9866714822 |
| ఖో ఖో | జెడ్పీహెచ్ఎస్, ఆమిద్యాల | 9440014904 |
| కబడ్డీ | జెడ్పీహెచ్ఎస్, యాడికి | 9701400712 |
| ఖో ఖో | ఆర్ట్స్ కళాశాల, అనంతపురం | 6301707139 |
| ఖో ఖో | ఎస్ఎస్‌జీఎస్, గుంతకల్లు | 9959187299 |
| తైక్వాండో | ప్రగతి పార్క్, రాంనగర్,అనంతపురం | 7013106778 |
| తైక్వాండో | రాజీవ్ చిల్డ్రన్‌పార్క్, అనంతపురం | 9381057202 |
| వాలీబాల్ | జెడ్పీహెచ్ఎస్, యాడికి | 9491863525 |
| వాలీబాల్ | తరిమెల | 8309147452 |
| వాలీబాల్ | నార్పల | 7989009695 |
| వాలీబాల్ | తాడిపత్రి | 7799983999 |
| వాలీబాల్ | రైల్వే ఇన్‌స్టిట్యూట్, గుంతకల్లు | 9030506604 |
| హ్యాండ్‌బాల్ | మద్దనహళ్లి | 6303372858 |
| కబడ్డీ | తాడిపత్రి | 8008236968 |
| అథ్లెటిక్స్ | రైల్వేగ్రౌండ్, గుంతకల్లు | 7330903915 |
| అథ్లెటిక్స్ | జీజేసీ, పామిడి | 9014871098 |
| అథ్లెటిక్స్ | ఆర్ట్స్ కళాశాల, అనంతపురం | 9182523450 |
| టేబుల్ టెన్నిస్ | ఏపీ మోడల్ స్కూల్, పామిడి | 8886130010 |
| ఫెన్సింగ్ | విద్యారణ్యనగర్, అనంతపురం | 7660938214 |
| వాలీబాల్ | పాలెంతండా | 9177704272 |
| త్రోబాల్ | కళ్యాణదుర్గం | 7989206010 |
| తైక్వాండో | శ్రీచైతన్య స్కూల్, పామిడి | 9000045558 |

# నాడు కలెక్టరేట్.. నేడు డీఎస్పీ కార్యాలయం

- ధర్నాలు, బైఠాయింపులతో హిజ్రాల వివాదం
- ఇరు వర్గాలతో పోలీసుల చర్చలు



డీఎస్పీ కార్యాలయం వద్ద నిరసన వ్యక్తం చేస్తున్న హిజ్రాలు

అనంతపురం శ్రీకంఠంసర్కిల్: జిల్లా కేంద్రంలో హిజ్రాల వివాదం తారాస్థాయికి చేరుకుంది. తమను ఇబ్బంది పెడుతున్నారని ఓ వర్గం గత నెల కలెక్టరేట్ ఎదుట ధర్నాకు దిగితే... తమపై దాడికి తెగబడుతున్నారంటూ తాజాగా మరో వర్గం శనివారం డీఎస్పీ కార్యాలయం ఎదుట ఆందోళనకు దిగింది. కలెక్టరేట్ ఎదుట చేపట్టిన ఆందోళన విషయంగా పోలీసులు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోకపోవడంతో హిజ్రాల వివాదం తారాస్థాయికి చేరుకున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. శనివారం హాసిని, ఆసీఫ్ గ్రూపులు ఆందోళన చేపట్టగా.. ఓ వర్గం డీఎస్పీ కార్యాలయం ఎదుట, మరో వర్గం వన్‌టౌన్ పోలీసు స్టేషన్ ఎదుట నిరసన వ్యక్తం చేశాయి. దీంతో పోలీసుల్లో కదిలిక వచ్చింది. ఇరువర్గాలను డీఎస్పీ ప్రసాదరెడ్డి, సీఐ రవిశంకరరెడ్డి, ఎస్‌ఐ తిప్పేనాయక్ పిలిపించి సర్దిచెప్పారు. ఇరువర్గాల్లో ఏడుగురి చొప్పున నాల్గో పట్టణ పోలీస్ స్టేషన్‌లో బైండోవర్ చేయించారు. ఈ క్రమంలో రెండు గ్రూపులకు కొన్ని నిబంధనలు విధించారు. ఈ నిబంధనలకు ఇరు వర్గాల వారు సమ్మతించడంతో సమస్యకు పరిష్కారం దక్కినట్టైంది.

**పోలీసులు విధించిన నిబంధనలు ఇవే..**

- హాసినీ గ్రూపు నుంచి విడిపోయిన ఆసీఫ్ 14 మందితో జట్టు కట్టాడు.
- ఆసీఫ్ గ్రూపులోని వారు ఇకపై హాసినీకి వాటాలు ఇవ్వాల్సిన అవసరం లేదు.
- ఏ ఊరికి చెందిన వారు ఆ ఊరిలోనే భిక్షాటన చేయాలి. మరో ప్రాంతానికి వెళ్లరాదు.
- వివాదాలకు తావిచ్చేలా సామాజిక మాధ్యమాల్లో పోస్టింగ్‌లు పెట్టరాదు.
- పరస్పర దాడులకు పాల్పడకుండా వర్గపోరు విడిచిపెట్టాలి.
- నిబంధనలు ఎవరు ఉల్లంఘించినా ఆ వర్గం వారు రూ.2 లక్షలు అపరాధ రుసుం చెల్లించాలి.

## ప్రభుత్వాస్పత్రుల్లోనే ప్రసవం సురక్షితం



కూడేరు పీహెచ్‌సీలో నవజాత శిశువును పరీక్షిస్తున్న డీఎంహెచ్ఓ డాక్టర్ వీరబ్బాయి.

ఉరవకొండ: ప్రభుత్వాస్పత్రుల్లోనే ప్రసవం సురక్షితమని డీఎంహెచ్ఓ డాక్టర్ వీరబ్బాయి పేర్కొన్నారు. శనివారం ఆయన కూడేరుతో పాటు ఉరవకొండ మండలం రాకెట్లలోని పీహెచ్‌సీలను ఆకస్మిక తనిఖీ చేశారు. పలు రికార్డులు పరిశీలించారు. కాన్పుల గది, ల్యాబ్‌లను తనిఖీ చేశారు. ప్రసూతి వార్డు, రోగుల వార్డును ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని సిబ్బందికి సూచించారు. ప్రతి నెలా పీహెచ్‌సీల్లో 10 ప్రసవాలకు తగ్గకుండా చూడాలన్నారు. ఎన్‌సీడీసీడీ స్క్రీనింగ్‌పై ఆరా తీశారు. వైఎస్సార్ కంటి వెలుగు కార్యక్రమంపై గ్రామీణుల్లో చైతన్యం తీసుకురావాలన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన వెంట కూడేరులో వైద్యాధికారి డాక్టర్ సరిత, సీహెచ్ఓ మోహన్‌బాబు, హెల్త్ సూపర్‌వైజర్లు, రాకెట్లలో వైద్యాధికారి డాక్టర్ వెంకటేష్, డాక్టర్ సుజాత, సీహెచ్ఓ నాగరంగయ్య, హెల్త్ ఎడ్యుకేటర్ ఎస్ఎండీ షఫీ ఉన్నారు.

## మార్కులు తక్కువగా వచ్చాయని ఆత్మహత్యాయత్నం!

పుట్లూరు: మార్కులు తక్కువగా వచ్చాయన్న ఆవేదనతో ఓ విద్యార్థి ఆత్మహత్యాయత్నం చేశాడు. పుట్లూరు మండలం ఓబుళాపురంలో ఈ ఘటన చోటు చేసుకుంది. గ్రామానికి చెందిన గొల్ల శివకుమార్ ఇటీవల పదో తరగతి పరీక్షలు రాశాడు. శనివారం ఫలితాలు వెలువడ్డాయి. తాను ఆశించిన దానికన్నా తక్కువ మార్కులు రావడంతో విద్యార్థి మనస్తాపానికి గురయ్యాడు. దీంతో తోట వద్దకెళ్లి క్రిమి సంహారక మందు తాగాడు. విషయాన్ని గమనించిన కుటుంబసభ్యులు వెంటనే తాడిపత్రి ప్రభుత్వాస్పత్రికి తీసుకెళ్లారు.

## పెళ్లికి వచ్చారు... జూదమాడుతూ పట్టుబడ్డారు!

తాడిపత్రి: వివాహ వేడుకకు హాజరైన పలువురు కల్యాణమంటపంలో జూదమాడుతూ పోలీసులకు పట్టుబడ్డారు. పోలీసులు తెలిపిన మేరకు... తాడిపత్రి రూరల్ పరిధిలోని శ్రీసత్యసాయి కల్యాణమంటపంలో వివాహ వేడుకకు పలువురు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా కల్యాణ మంటపంలో పెద్ద ఎత్తున జూదం ఆడుతున్నట్లు అందిన సమాచారంతో రూరల్ సీఐ చిన్నపెద్దయ్య ఆధ్వర్యంలో పోలీసులు ఆకస్మిక తనిఖీ చేపట్టారు. ఆ సమయంలో జూదం ఆడుతూ 33 మంది పట్టుబడ్డారు. పట్టుబడిన వారిలో వాసుదేవరెడ్డి, చల్లా వెంకటరెడ్డి, శ్రీనివాసులు రెడ్డి, రామచంద్రారెడ్డితో పాటు మరో 29 మంది ఉన్నారు. వీరిన ఉంచి రూ.1,74,780 నగదు, 30 సెల్‌ఫోన్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. నిందితులపై కేసు నమోదు చేసినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

## వ్యక్తి బలవన్మరణం

ఉరవకొండ: జబ్బు నయం కాకపోవడంతో జీవితంపై విరక్తి చెందిన ఓ వ్యక్తి ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. పోలీసులు తెలిపిన మేరకు... ఉరవకొండలోని గాంధీ చౌక్ ప్రాంతానికి చెందిన రహంతుల్లా (40), తాహెరా దంపతులు. వీరికి సంతానం లేదు. దివ్యాంగుడైన రహంతుల్లా పెయింటింగ్ పనులతో జీవనం సాగిస్తున్నాడు. కొంత కాలంగా కడుపునొప్పితో బాధ పడుతున్న రహంతుల్లా పలు ఆస్పత్రుల్లో చికిత్స చేయించాడు. అయినా జబ్బు నయం కాలేదు. శుక్రవారం రాత్రి కడుపు నొప్పి భరించలేక ఇంట్లోనే ఉరి వేసుకుని ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. మృతుడి భార్య ఫిర్యాదు మేరకు పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి, దర్యాప్తు చేపట్టారు.

## తేనెటీగల దాడి

కుందుర్పి: మండలంలోని కరిగానిపల్లిలో తేనెటీగలు దాడి చేయడంతో పలువురు అస్వస్థతకు గురయ్యారు. వివరాలు.. కరిగానిపల్లికి చెందిన రైతు రవి జొన్న సాగు చేశారు. శనివారం ఉదయం జొన్న మొక్కల మధ్య పిచ్చి మొక్కల తొలగింపు పనిలో పలువురు కూలీలు నిమగ్నమయ్యారు. ఆ సమయంలో కొబ్బరి చెట్టుపై ఉన్న తేనెటీగలు ఒక్కసారిగా కూలీలను చుట్టుముట్టి, కుట్టాయి. తీవ్ర అస్వస్థతకు గురైన రైతు రవి, ఆయన కుమారులు, కూలీలను స్థానికులు వెంటనే కళ్యాణదుర్గం ప్రభుత్వాస్పత్రికి తీసుకెళ్లారు.

# 'సూపర్ స్పెషాలిటీ' అభివృద్ధికి సహకారం

- ఆర్డీటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ అన్నేఫెర్రర్



అన్నేఫెర్రర్‌ను సన్మానిస్తున్న వైద్యాధికారులు

అనంతపురం క్రైం: జిల్లా కేంద్రంలోని సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి అభివృద్ధికి సహకారం అందిస్తామని ఆర్డీటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ అన్నేఫెర్రర్ స్పష్టం చేశారు. ఆస్పత్రిలోని కార్డియాలజీ విభాగానికి రూ.13.50 లక్షల విలువైన ఆధునిక సాంకేతిక పరికరాలను ఆర్డీటీ ఆధ్వర్యంలో శనివారం ఆమె అందజేసి, మాట్లాడారు. సూపర్ స్పెషాలిటీలో అందుతున్న నాణ్యమైన వైద్య సేవలపై హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజల ప్రాణాలు కాపాడడంతో చొరవ చూపిస్తున్న వైద్యులు, స్టాఫ్‌నర్సులు, సిబ్బందిని అభినందించారు. రోగుల అవసరాలకు అనుగుణంగా ప్రభుత్వ సర్వజనాస్పత్రితో పాటు సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి అభివృద్ధికి పూర్తి సహకారం అందిస్తామని భరోసానిచ్చారు. వైద్య కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ శ్రీదేవి, జీజీహెచ్ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ రఘునందన్, సూపర్ స్పెషాలిటీ ఇన్‌చార్జ్ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ సుబ్రహ్మణ్యం, న్యూరో సర్జన్ డాక్టర్ భాస్కర్, కార్డియాలజిస్టు డాక్టర్ సుభాష్‌చంద్రబోస్ మాట్లాడుతూ.. జిల్లాలో ఆర్డీటీ కొనసాగిస్తున్న సేవలను కొనియాడారు. అనంతరం అన్నే ఫెర్రర్‌ను ఘనంగా సన్మానించారు. నెఫ్రాలజిస్టు డాక్టర్ హరీష్, ఆర్డీటీ డైరెక్టర్ దశరథ్, స్టాఫ్‌నర్సులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# వైభవంగా బెళగల్లేశ్వరస్వామి ఆలయ ప్రారంభోత్సవం



గ్రామోత్సవంలో పాల్గొన్న ఎంపీ రంగయ్య



పూజలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే విశ్వేశ్వరరెడ్డి

బెళుగుప్ప: మండల కేంద్రంలో నూతనంగా నిర్మించిన బెళగల్లేశ్వరస్వామి ఆలయం, యల్లమ్మతల్లి విగ్రహ ప్రతిష్ఠ కార్యక్రమాలు శనివారం వైభవంగా జరిగాయి. అనంతపురం ఎంపీ తలారి రంగయ్య, ఉరవకొండ మాజీ ఎమ్మెల్యే వై.విశ్వేశ్వరరెడ్డి ముఖ్యఅతిథులుగా హాజరయ్యారు. వివిధ హోమాల్లో పాల్గొన్నారు. దాదాపు రూ.1.2 కోట్ల విరాళాలతో ఆలయాన్ని నిర్మించిన ఎక్కేల వంశస్తులను ఈ సందర్భంగా వారు అభినందించారు. అనంతరం బీరప్ప స్వాముల గ్రామోత్సంలో పాలుపంచుకున్నారు. ఆదివారం తెల్లవారుజాము 4.35 గంటలకు విగ్రహాల ప్రతిష్ఠ , పూర్ణాహుతి సమర్పణ ఉంటాయని వేదపండితులు పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో బెస్త కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ రమణ, వైఎస్సార్‌సీపీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి తిప్పేస్వామి, మార్కెట్ యార్డు మాజీ ఉపాధ్యక్షుడు పాటిల్ నాగిరెడ్డి, మండల వ్యవసాయ సలహా మండలి చైర్మన్ శ్రీనివాసులు, ఆలయ అర్చకుడు రామకృష్ణశర్మ, సహకార సంఘం అధ్యక్షుడు శివలింగప్ప, ఎక్కేల వంశస్తులు, గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

## క్లుప్తంగా

### పోస్టర్ల విడుదల



పోస్టర్లు విడుదల చేస్తున్న ఎంపీపీ జయలక్ష్మి

రాప్తాడు: ఈ నెల 8 నుంచి నిర్వహించనున్న వేసవి విజ్ఞాన శిబిరాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఎంపీపీ చిట్రెడ్డి జయలక్ష్మి తెలిపారు. శనివారం స్థానిక ఎంపీడీఓ కార్యాలయంలో వేసవి విజ్ఞాన శిక్షణ శిబిరాల పోస్టర్లను విడుదల చేశారు. కార్యక్రమంలో గ్రంథాలయాధికారి వీర నారాయణ రెడ్డి, ఏపీఎం శివకుమార్, హౌసింగ్ ఏఈ దేరవకొండ రామ్మూర్తి పాల్గొలన్నారు.

### గ్యాస్ ధర కేంద్రం తగ్గించాలి



గుత్తిరోడ్డులో వంట చేస్తూ నిరసన తెలుపుతున్న మహిళా సమాఖ్య నాయకురాళ్లు

అనంతపురం అర్బన్: కేంద్రంలోని మోదీ ప్రభుత్వం పేదలపై భారం మోపుతూ పాలన సాగిస్తోందని ఏపీ మహిళా సమాఖ్య జిల్లా కార్యదర్శి పద్మావతి విమర్శించారు. శనివారం స్థానిక గుత్తిరోడ్డులో కట్టెలపొయ్యిపై వంట చేసి, అక్కడే తిని నిరసన తెలిపారు. పద్మావతి మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం గ్యాస్, పెట్రోల్, డీజిల్ ధరల పెంచి పేదలు, మధ్యతరగతి వర్గాలపై ఆర్థిక భారం మోపిందన్నారు. గ్యాస్ సిలిండర్ రూ.1,200తో కొనుగోలు చేసే ఆర్థిక స్తోమత పేదలకు ఉందా ? అని ప్రశ్నించారు. రాజస్థాన్‌లో రూ.500కు గ్యాస్ సిలిండర్ ఇస్తుంటే, అదే తరహాలో ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఎందుకు ఇవ్వలేదన్నారు. కార్యక్రమంలో సమాఖ్య గౌరవాధ్యక్షురాలు కమ్మక్క, నాయకురాళ్లు యశోదమ్మ, కుళ్లాయమ్మ, లక్ష్మీదేవి, నిర్మలమ్మ, గౌరి, షబానా, మంగతాయారు, రాములమ్మ, నరసమ్మ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### నీటి సమస్య రాకుండా చర్యలు



పనులను పరిశీలిస్తున్న మేయర్ వసీం

అనంతపురం క్రైం: తాగునీటి సమస్య రాకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని మేయర్ వసీం అన్నారు. నగరంలోని కల్పనాజోషీ కాలనీ, బిందెల కాలనీ పరిసర ప్రాంతాల్లో జరుగుతున్న తాగునీటి పైప్‌లైన్ ఏర్పాటు పనులను డిప్యూటీ మేయర్లు వాసంతి సాహిత్య, కోగటం విజయభాస్కర్ రెడ్డితో కలసి మేయర్ శనివారం పరిశీలించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ నగరంలోని కల్పనాజోషీ కాలనీ, భాగ్యనగర్, బిందెల కాలనీల్లోని 500 నివాసాలకు పైప్‌లైన్ ద్వారా నీరందించనున్నట్లు తెలిపారు. డిప్యూటీ మేయర్లు వాసంతి సాహిత్య, కోగటం విజయభాస్కర్ రెడ్డి మాట్లాడారు. అనంతరం చంద్ర హాస్పిటల్ సమీపంలో అక్రమ కట్టడాల తొలగింపు పనులను పరిశీలించారు. కార్పొరేటర్ అనిల్‌కుమార్ రెడ్డి, ఈఈ చంద్రశేఖర్, డీఈ నరసింహులు, ట్యాప్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఖాదర్‌బాషా, నాయకులు రవి, గంగాధర్ తదితరులున్నారు.

### వివేకానంద సాహిత్యంతో వ్యక్తిత్వ వికాసం



శిక్షణ పొందుతున్న చిన్నారులు

అనంతపురం కల్చరల్: స్వామి వివేకానంద సాహిత్య పఠనం, శ్రవణంతో ఉత్తమ వ్యక్తిత్వ వికాసం అలవడుతుందని రామకృష్ణ సేవా సమితి ప్రతినిధి గుత్తి శ్రీధర మూర్తి అన్నారు. స్థానిక మొదటిరోడ్డు శారదా పాఠశాలలో సేవా సమితి ఆధ్వర్యంలో సాగుతున్న వేసవి శిక్షణ శిబిరంలో గురువులు చిన్నారులకు ఆటపాటలు నేర్పించారు. శనివారం జరిగిన కార్యక్రమంలో శ్రీధర మూర్తి మాట్లాడుతూ ఈనెల 10 వరకు సాగే వేసవి శిక్షణ శిబిరంలో చిన్నారులకు సామూహిక యోగా చేయిస్తూ నిత్యజీవితంలో దాని ప్రాముఖ్యతను వివరిస్తున్నామన్నారు.

**8 నుంచి వేసవి శిక్షణ**

రామగిరి: మండల కేంద్రమైన గ్రంథాలయంలో వేసవి క్యాంప్‌ను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని గ్రంథాలయాధికారి వెంకటేష్ శనివారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు ఈనెల 8 నుంచి వచ్చే నెల 11 వరకు శిక్షణ ఉంటుందన్నారు.

**వేసవి శిక్షణను సద్వినియోగం చేసుకోవాలి**

చెన్నేకొత్తపల్లి: స్థానిక గ్రంథాలయంలో ఈ నెల 8 నుంచి జూన్ 11 వరకు నిర్వహించనున్న వేసవి శిక్షణ తరగతులను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని గ్రంథాలయ అధికారి కృష్ణయ్య శనివారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. రోజూ ఉదయం 8 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు నిర్వహిస్తున్న శిక్షణ శిబిరాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు.

## భలే మామిడి పండు..
# బేనీషాకు డిమాండ్ ఉందు!



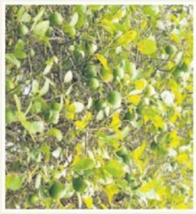


మామిడిని ఫలరాజు అంటుంటాం. చూస్తేనే నోరూరించి తినాలనిపించే మధురమైన పండు. సీజన్‌లో విరివిగా దొరుకుతాయి కాబట్టే మ్యాం'గో' అంటుంటారు. మామిడి పండ్లు ఎన్నిరకాలున్నా.. వేసవిలో 'బేనీషా' తింటే భలే మజా వస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆర్గానిక్ పండ్ల కొనుగోలుకు జనం ఆసక్తి చూపుతున్నారు. అందుకే గార్లదిన్నె మండలం మర్తాడుకు చెందిన రైతు రమణ సాగు చేసిన బేనీషాకు మంచి డిమాండ్ ఉంది. కిలో ధర రూ.50 నుంచి రూ.100 వరకు పలుకుతోంది. ఆర్గానిక్ మామిడి అయితే కిలో రూ.130 ధర పలుకుతోంది.

– సాక్షి ఫొటోగ్రాఫర్, అనంతపురం



# రైతు 'నిమ్మ'లంగా ఉ(ప)ందు



ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఉద్యాన పంటల సాగుతో రైతు మేలైన ఆదాయం పొందుతున్నాడు. పండ్లతోటలకు అందుకు తగ్గ మంచి గిరాకీ ఉంది. గార్లదిన్నె మండలం మర్తాడుకు చెందిన రైతు రమణ 'నిమ్మ'లమైన పంట సాగు చేస్తున్నాడు. మేలైన రాబడి సాధిస్తున్నాడు. వేసవి నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి ప్రతి ఒక్కరూ పండ్ల రసాలు తీసుకోవడం పరిపాటి అయ్యింది. సరిగ్గా వేసవిలోనే పంట చేతికొచ్చింది. నిమ్మకాయల ధర వెయ్యికి రూ.2,500 పలుకుతోంది.

# గ్రామాల్లో తాగునీటి సమస్య రానీయొద్దు



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న ఎంపీపీ చిట్రెడ్డి జయలక్ష్మి

రాప్తాడు: గ్రామాల్లో తాగునీటి సమస్యలు రానీయొద్దని ఎంపీపీ చిట్రెడ్డి జయలక్ష్మి సూచించారు. మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో ఎంపీడీఓ సాల్మన్ అధ్యక్షతన మండల సర్వసభ్య సమావేశం నిర్వహించారు. ఎంపీపీ మాట్లాడుతూ అధికారులు, ప్రజా ప్రతినిధులు గ్రామాల్లో సమస్యలు గుర్తించి, పరిష్కారానికి చొరవచూపాలన్నారు. సంక్షేమ పథకాలు అర్హులకు అందేలా చూడాలన్నారు. గాంధీజీ కలలు కన్న గ్రామ స్వరాజ్యం కోసం సీఎం జగన్‌మోహన్ రెడ్డి కృషి చేస్తున్నారన్నారు. మండలంలో ఏ గ్రామాల్లో తాగునీటి సమస్యలు ఉన్నాయో తన దృష్టికి తీసుకొస్తే పరిష్కరిస్తామన్నారు. జగనన్న కాలనీల్లో చేపడుతున్న ఇళ్ల నిర్మాణాలు వేగవంతం అయ్యేలా చూడాలన్నారు. గ్రామాల్లో పారిశుధ్యం మెరుగునకు చర్యలుతీసుకోవాలన్నారు. కూలీలకు ఉపాధి పనులు కల్పించి, సకాలంలో బిల్లులు చెల్లించాలన్నారు. అనంతరం విద్య, వైద్యం, పశు, విద్యుత్, శిశు సంక్షేమం, వ్యవసాయ, గృహ నిర్మాణం, పంచాయతీ రాజ్, రెవెన్యూ, ఉపాధి హామీ పథకం, హార్టికల్చర్ తదితర అంశాలపై ఆయా శాఖల అధికారులు తమ ప్రగతి నివేదికలను చదివి వినిపించారు. కార్యక్రమంలో మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ బెడదూరి గోపాల్ రెడ్డి, వైస్ ఎంపీపీలు బోయ రామాంజనేయులు, మన్నల వరలక్ష్మీ, ఏఓ శుభకర్, ఏపీఎం శివకుమార్, హౌసింగ్ ఏఈ దేవరకొండ రామ్మూర్తి, ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్ నాగరత్న, ఈఓఆర్డీ మాధవి, ఎంఈఓ మల్లికార్జున, హార్టిలక్చర్ అధికారి రత్నకుమార్, ఏపీఓ సావిత్రి, మండల స్థాయి అధికారులు, ఎంపీటీసీలు, సర్పంచులు పాల్గొన్నారు.

# సూపర్‌వైజర్‌పై అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త దాడి

అనంతపురం సెంట్రల్: నగరంలో అంబేద్కర్‌నగర్‌లోని అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త లలిత మరోసారి రెచ్చిపోయింది. శనివారం తనిఖీకి వచ్చిన సూపర్‌వైజర్ విజయలక్ష్మిపైనే దాడికి దిగింది. కొంతకాలంగా ఈమెపై ఫిర్యాదులు వస్తున్నా చర్యలు ఉన్నతాధికారులు చర్యలు తీసుకోలేదన్న విమర్శలున్నాయి. ఘటనపై బాధితురాలు సీడీపీఓ లలితమ్మకు, ఇన్‌చార్జ్ పీడీ శ్రీదేవికి ఫిర్యాదు చేశారు. వివరాలు.. విధి నిర్వహణలో భాగంగా సూపర్‌వైజర్ విజయలక్ష్మి అంబేద్కర్‌నగర్ అంగన్‌వాడీ కేంద్రానికి శనివారం వెళ్లారు. సదరు అంగన్‌వాడీ వర్కర్ 6 నెలలుగా కేంద్రానికి రాలేదు. ఎలాంటి సమాచారం లేకుండా ఎలా సెలవుపై వెళతావని సూపర్‌వైజర్ ప్రశ్నించారు. అదే సమయంలో అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త తన కుమారుడితో సెల్‌ఫోన్‌లో వీడియో తీయమని చెప్పింది. ఇలా వీడియోలు తీయకూడదని సూపర్‌వైజర్ వారించడంతో ఇద్దరి మధ్య వాగ్వాదం జరిగింది. ఇదే సందర్భంలో సూపర్‌వైజర్‌పై చేయిచేసుకుంది.

**పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలి**

గర్భిణులు, బాలింతలు తప్పనిసరిగా పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలని సూపర్‌వైజర్ కొండమ్మ సూచించారు. శనివారం నగరంలో కృపానందనగర్‌లో పౌష్టికాహారం అందించారు. గర్భిణులు పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం ద్వారా తల్లీబిడ్డ ఆరోగ్యంగా ఉంటారన్నారు.

# 11 నుంచి రాష్ట్రస్థాయి చెస్ పోటీలు



జిల్లా స్థాయి పోటీలకు ఎంపికైన విద్యార్థులతో చెస్ టోర్నీ ఆర్గనైజింగ్ కమిటీ కన్వీనర్ సుప్రజా చౌదరి

అనంతపురం: అనంతపురంలోని రెయిన్‌బో మాంటిస్సోరి ప్రీ–స్కూల్‌లో ఈ నెల 11 నుంచి 15వ తేదీ వరకు రాష్ట్రస్థాయి చెస్ పోటీలు నిర్వహిస్తున్నట్లు టోర్నమెంట్ ఆర్గనైజింగ్ కమిటీ కన్వీనర్ డాక్టర్ సుప్రజా చౌదరి, టోర్నమెంట్ కోఆర్డినేటర్ గోవింద రాజులు, సీనియర్ నేషనల్ ఆర్బిటర్ జొన్నలగడ్డ గౌతమి తెలిపారు. ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థుల్లో ప్రతిభ వెలికితీయడానికి ఆల్ అనంతపురం చెస్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో నగరంలోని ఒకటో రోడ్డులో జిల్లా స్థాయి ఎంపిక పోటీలు శనివారం నిర్వహించారు. ప్రతిభ కనబరిచిన టాప్–5 క్రీడాకారులకు రాష్ట్ర స్థాయి చెస్ పోటీల్లో పాల్గొనడానికి అవకాశం కల్పించారు. ప్రథమ స్థానంలో తేజస్వరూప్ (ఇందిరాగాంధీ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాల, రాయదుర్గం), రెండో స్థానం నరేష్ కుమార్ (మహాత్మా జ్యోతిబాపూలే పాఠశాల, బత్తలపల్లి), మూడో స్థానంలో సాయి దర్శిత్ (జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల, ముద్దినాయనపల్లి, కళ్యాణదుర్గం), నాలుగో స్థానం గోకుల కృష్ణ, (జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల, ముద్దినాయనపల్లి, కళ్యాణదుర్గం), ఐదో స్థానంలో బ్రమిత, (మహాత్మా జ్యోతిబా పూలే పాఠశాల, గుమ్మఘట్ట మండలం) వీరు రాష్ట్రస్థాయి పోటీల్లో పాల్గొంటారు.

# డీఎస్‌ఈ తీరుపై ఉద్యోగుల నిరసన



ఆందోళన చేస్తున్న హెచ్చెల్సీ ఉద్యోగులు

అనంతపురం సెంట్రల్: వేధింపులకు గురి చేస్తున్న హెచ్చెల్సీ డిప్యూటీ ఎస్‌ఈ సునీల్‌నాయక్‌ను విధుల నుంచి తొలగించాలని ఉద్యోగులు డిమాండ్ చేశారు. శనివారం ఏపీఎన్‌జీఓ ఆధ్వర్యంలో హెచ్చెల్సీ కార్యాలయంలో ఉద్యోగులు బైఠాయించి, నిరసన తెలియజేశారు. జిల్లా అధ్యక్షుడు చంద్రశేఖర రెడ్డి, నగర అధ్యక్షుడు మనోహర్‌రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఉద్యోగులను హేళనగా మాట్లాడుతున్నారని, తక్షణం డీఎస్‌ఈపై చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. లేకపోతే విధులు బహిష్కరిస్తామని హెచ్చరించారు. ఉదయం నుంచి మధ్యాహ్నం వరకూ నిరసన కార్యక్రమం కొనసాగించారు. అనంతరం ఎస్‌ఈ రాజశేఖర్‌కు వినతిపత్రం అందజేశారు. ఘటనపై విచారణ చేస్తామని హామీ ఇవ్వడంతో ఆందోళన విరమించారు. యూనియన్ నాయకులు చంద్రశేఖర్, శ్రీనివాసులు, ఉద్యోగులు పాల్గొన్నారు. డీఎస్‌ఈ సునీల్‌నాయక్ మాట్లాడుతూ ప్రాజెక్టు ఆధునికీకరణ పనులకు సంబంధించి శ్రీనివాసులు అనే ఉద్యోగి సెలవు పెట్టారని, రాష్ట్ర ఈఎన్‌సీ కార్యాలయం నుంచి ఆదేశాలు రావడంతో అత్యవసరమై ఇతర ఉద్యోగితో ఆ పని పూర్తి చేయించినట్లు తెలిపారు. అపార్థం చేసుకున్న ఆ ఉద్యోగి తన పట్ల దురుసుగా ప్రవర్తించాడని, డిప్యూటీ ఎస్‌ఈ స్థాయి అధికారిపై ఇలా వ్యవహరించడం భావ్యమా ?అని ప్రశ్నించారు. తాను తప్పు చేసి ఉంటే ఎస్‌ఈకు ఫిర్యాదు చేయాలే తప్పా ఇలా బెదిరింపులకు దిగడం సరికాదన్నారు.

# 'పది'లో ప్రభుత్వ పాఠశాలల ప్రభంజనం



రాప్తాడు మోడల్ స్కూల్

రాప్తాడు: మండలంలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో 55 శాతం, ఆర్డీటీ అంధుల పాఠశాల, ఎయిడెడ్, ప్రైవేట్ పాఠశాలల్లో 86 శాతం ఉత్తీర్ణులైనట్లు ఎంఈవో మల్లికార్జున తెలిపారు. ఏపీ మోడల్ స్కూల్ విద్యార్థులు 77 మందికిగాను 60 మంది (79శాతం), కేజీబీవీలో 36 మందికిగాను 26 మంది (72 శాతం) ఉత్తీర్ణులయ్యారు. హంపాపురంలో 50 మందికిగాను 28 మంది (56 శాతం) పాసయ్యారు. ఎం. బండమీదపల్లి ఉన్నత పాఠశాలలో 20 మందికిగాను 11 మంది (55 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు. గాండ్లపర్తి ఉన్నత పాఠశాలలో 14 మందికిగాను ఆరుగురు ఉత్తీర్ణులయ్యారు. రాప్తాడు ఉన్నత పాఠశాలలో 70 మందికిగాను 28 మంది, మరూరులో 31 మందికిగాను 10 మంది పాసయ్యారు. గొందిరెడ్డిపల్లిలో 20 మందికి గాను ఆరుగురు పాసయ్యారు.

**ప్రైవేట్ పాఠశాలల వారీగా..:** ఇన్‌క్లూజివ్ అంధుల (ఆర్డీటీ ) పాఠశాలలో 63 మందికిగాను 56 మంది పాసయ్యారు. సెయింట్ విన్సెంట్ డీపాల్ పాఠశాలలో 122 మందికిగాను 109 మంది పాసయ్యారు. వినయకుమార్ ఎయిడెడ్ ఉన్నత పాఠశాలలో 29 మందికిగాను 17 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు.

**గురుకులం విద్యార్థినుల సత్తా**

రాప్తాడు రూరల్: అనంతపురం రూరల్ మండలం కురుగుంటలో ఉన్న డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల విద్యార్థులు పదో తరగతి ఫలితాల్లో దుమ్ము రేపారు. ఈ పాఠశాలలో మొత్తం 81 మంది విద్యార్థినులు పరీక్షలు రాయగా, 79 మంది ఉత్తీర్ణత సాధించారు. ఉత్తీర్ణత సాధించిన విద్యార్థినులను ప్రిన్సిపాల్ సునీత, సిబ్బంది అభినందించారు.

**ఆత్మకూరు:** మండల వ్యాప్తంగా పదోతరగతి విద్యార్థులు 53 శాతం ఉత్తీర్ణులైనట్లు ఎంఈఓ నరసింహారెడ్డి తెలిపారు. మండల వ్యాప్తంగా 423 మందికి 223 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారన్నారు. మండలంలోని ఆత్మకూరు ఉన్నత పాఠశాలలో 137 మందికి గాను 68 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. సనప ఉన్నత పాఠశాలలో 78 మందిగాను 41 ఉత్తీర్ణులయ్యారు. తోపుదుర్తి ఉన్నత పాఠశాలలో 35 మందికి గాను 11 మంది, తలుపూరు ఉన్నత పాఠశాలలో 33 మందికి గాను 8 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. ఆత్మకూరు కేజీబీవీలో 39 మందికి గాను 20 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. గోల్డెన్ బెల్స్ పాఠశాలలో 14 మందికి 14 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు. హోలిస్పిరిట్‌లో 27 మందికి గాను 24 మంది ఉత్తీర్ణులయ్యారు.

**చెన్నేకొత్తపల్లి :** పది ఫలితాల్లో మండలంలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులు సత్తాచాటారు. మేడాపురం ఉన్నత పాఠశాలలో 78 మందికి గాను 55 మంది, కేజీబీవీలో 32 మందికి గాను 24 మంది, ఏపీ మోడల్ స్కూల్‌లో 80 మందికి గాను 57 మంది, వెల్దుర్తి ఉన్నత పాఠశాలలో 24 మందికి 15 మంది, కనుముక్కలలో 98 మందికి గాను 56 మంది, నాగసముద్రం ఉన్నత పాఠశాలలో 30 మందికి, 16 మంది, న్యామద్దలలో 43 మందికి గాను 8 మంది, చెన్నేకొత్తపల్లి ఉన్నత పాఠశాలలో 97 మందికి గాను 20 మంది, వెంకటంపల్లిలో 34 మందికి గాను 12 మంది ఉత్తీర్ణత సాధించినట్లు ఎంఈఓ కృష్ణ మోహన్ తెలిపారు.

**రామగిరి:** మండల వ్యాప్తంగా పదో తరగతి విద్యార్థులు 65.80శాతం ఉత్తీర్ణులైనట్లు ఎంఈఓ గోపాల్ శనివారం తెలిపారు. మండలంలో మొత్తం 424 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలు రాశారు.

**కనగానపల్లి:** మండల వ్యాప్తంగా 41 శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించినట్లు ఎంఈఓ అరుణమ్మ తెలిపారు. స్థానిక ఎంఈఓ కార్యాలయంలో శనివారం ఆమె మాట్లాడారు. 8 ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు చెందిన 342 మంది విద్యార్థులు పదో తరగతి పరీక్షలు రాయగా వారిలో 141 మంది పాసైనట్లు ఆమె తెలిపారు.

### సమ్మిళిత వికాస కేంద్రం ప్రారంభం



సమ్మిళిత వికాస కేంద్రాన్ని ప్రారంభిస్తున్న ఆర్డీటీ ఉమెన్ ఎంపవర్‌మెంట్ డైరెక్టర్ విశాల ఫెర్రర్

అనంతపురం: నగరంలోని ఆర్డీఓ కార్యాలయం సమీపంలో వికలాంగుల ఉన్నత విద్య ప్రత్యేక కేంద్రాన్ని ఆర్డీటీ ఉమెన్ ఎంపవర్‌మెంట్ డైరెక్టర్ విశాల ఫెర్రర్ శనివారం ప్రారంభించారు. మీనాక్షమ్మ చారిటబుల్ ట్రస్టు ఆధ్వర్యంలో వికలాంగులకు ఉన్నత విద్య అందించే దిశగా ఈ వికాసం కేంద్రం దోహదపడుతుందని ఆమె పేర్కొన్నారు.

### ఆత్మకూరు చేరిన పుస్తకాలు

ఆత్మకూరు: మండల కేంద్రానికి కొత్త పాఠ్య పుస్తకాలు శనివారం చేరాయి. ఎంఈఓ నరసింహారెడ్డి, ఎమ్మార్సీ సిబ్బంది పాఠ్య పుస్తకాలను భద్రపరిచారు. మొదటి విడుతలో భాగంగా 13 వేల పాఠ్య పుస్తకాలు, బెల్టులు వచ్చాయన్నారు.

# రీసర్వే నిర్లక్ష్యం చేస్తే చర్యలు

• నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ రమణారెడ్డి



మాట్లాడుతున్న నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ రమణారెడ్డి

అనంతపురం క్రైం: ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న రీ సర్వేలో వెనుకబడ్డారని, నిర్లక్ష్యం ప్రదర్శిస్తే చర్యలు తప్పవని టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు, పట్టణ ప్రణాళిక కార్యదర్శులను కమిషనర్ రమణారెడ్డి హెచ్చరించారు. శనివారం నగరపాలక సంస్థలో పట్టణ ప్రణాళిక కార్యదర్శులతో సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. అక్రమ నిర్మాణాలను ప్రారంభదశలోనే ఆపాలని కమిషనర్ రమణారెడ్డి పట్టణ ప్రణాళిక కార్యదర్శులను ఆదేశించారు. రీ సర్వేలో భాగంగా డ్రోన్ సర్వే పూర్తయ్యిందని, ప్యూరిఫికేషన్ ల్యాండ్స్‌కు సంబంధించి అసెస్‌మెంట్ నంబర్లకు సర్వే నంబర్లు మ్యాపింగ్ చేయడం, 16ఏ, 16ఏఏ, లేఅవుట్ వివరాలు, భూ వర్గీకరణ రీసర్వే వెబ్‌సైట్‌లో నమోదు చేయాలన్నారు. టౌన్ ప్లానింగ్ ఆర్‌డీ దేవికుమారి మాట్లాడుతూ రీ సర్వేను వేగవంతం చేయాలన్నారు. సమావేశంలో ఏసీపీలు శివప్రసాద్, సువర్ణ, ఆర్‌ఓ సతీష్, ఆర్ఐ మురళీ, తదిరతులు పాల్గొన్నారు.

**ఆలమూరు లేఅవుట్ పరిశీలన:** ఆలమూరు లే అవుట్‌ను శనివారం నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ రమణారెడ్డి పరిశీలించారు. నిర్మాణాలను వేగవంతంగా చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని హౌసింగ్ అధికారులు, కాంట్రాక్టర్లను ఆదేశించారు. కమిషనర్ వెంట డీసీ సావిత్రి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### డీఎస్పీల నియామకం

అనంతపురం శ్రీకంఠంసర్కిల్: ఉమ్మడి అనంతపురం జిల్లాలో ఖాళీగా ఉన్న నాలుగు డీఎస్పీ స్థానాలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం శుక్రవారం భర్తీ చేసింది. అనంతపురం బెటాలియన్ డీఎస్పీగా మురళీధర్‌ను నియమించింది. విశాఖపట్నం ఏపీఎస్‌పీ బెటాలియన్ డీఎస్పీగా ఉన్న ఈయన బదిలీపై ఇక్కడికి వస్తున్నారు. అలాగే వెయిటింగ్‌లో ఉన్న కేవీఎస్‌వీ ప్రసాద్‌ను పుట్టపర్తి దిశ డీఎస్పీగా, హరినాథ్‌రెడ్డిని పీటీసీ డీఎస్పీగా నియమించింది. పీటీసీ డీఎస్పీ శ్రీనివాసులును ధర్మవరం ఎస్‌డీపీఓగా బదిలీ చేసింది. ఇదిలావుండగా.. అనంతపురం దిశ డీఎస్పీగా పని చేసి నాలుగు రోజుల క్రితం బదిలీపై పత్తికొండ డీఎస్పీగా వెళ్లిన ఆర్ల శ్రీనివాసులును ప్రభుత్వం తాజాగా పోలవరం డీఎస్పీగా నియమించింది. ఆయన సొంత జిల్లా నంద్యాల కావడంతో పత్తికొండ నుంచి బదిలీ చేసినట్లు తెలుస్తోంది.

### విష జ్వరాలపై అప్రమత్తంగా ఉండాలి

కనగానపల్లి: విష జ్వరాలపై అప్రమత్తంగా ఉండాలని హెల్త్ సూపర్‌వైజర్ శ్రీనివాసులు తెలిపారు. శనివారం కనగానపల్లి, గుంతపల్లి గ్రామాల్లో పీహెచ్‌సీ డాక్టర్ చెన్నారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఆరోగ్య సిబ్బంది దోమల నివారణపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు.

### అంగన్‌వాడీ పోస్టులకు దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

రాప్తాడురూరల్: అనంతపురం రూరల్ మండల పరిధిలో ఖాళీగా ఉన్న అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త, ఆయా పోస్టులకు అర్హులనుంచి దరఖాస్తులు ఆహ్వానిస్తున్నట్లు కూడేరు సీడీపీఓ పి.ధనలక్ష్మమ్మ శనివారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. పాములరాయిలో కార్యకర్త (బీసీ–డీ), రాయల్‌నగర్‌లో ఆయా (బీసీ–బీ), పీసీ కాలనీలో ఆయా (జనరల్), కక్కలపల్లికాలనీ–2లో ఆయా ఎస్సీ, పాటిశ్రీరాములు కాలనీలో ఆయా (బీసీ–డీ) పోస్టులు ఖాళీగా ఉన్నాయన్నారు. ఈనెల 12 సాయంత్రం 5 గంటల్లోపు కూడేరులోని సీడీపీఓ కార్యాలయంలో దరఖాస్తులు అందజేయాలన్నారు.

### నేడు సంగీత సత్సంగం

అనంతపురం కల్చరల్: అనంత ఘంటసాల ఆరాధన సమితి వారి ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం ఉదయం 10 గంటలకు సంగీత సత్సంగం ఉంటుందని నిర్వాహకులు పాలసముద్రం నాగరాజు ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు. మూడో రోడ్డులోని ఘంటసాల భవన్‌లో జరిగే సత్సంగంలో ‹మీ పాట మీ ఇష్టం› పేరిట కళాభిమానుల కోరిక మేరకు గాయనీ గాయకులు మధుర గీతాలనాలపిస్తారన్నారు.

### ఇన్‌చార్జ్ సూపరింటెండెంట్‌గా రామస్వామి నాయక్

అనంతపురం క్రైం:ప్రభుత్వ సర్వజనాస్పత్రి తాత్కాలిక ఇన్‌చార్జ్ సూపరింటెండెంట్‌గా డాక్టర్ రామస్వామి నాయక్ వ్యవహరించనున్నారు. సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ రఘునందన్ ఒక్క రోజు (ఆదివారం) సెలవులో వెళ్లడంతో ఇన్‌చార్జ్ బాధ్యతలను రామస్వామి నాయక్‌కు అప్పగించారు.

### కర్ణాటకలో బీజేపీదే అధికారం

అనంతపురం టవర్‌క్లాక్: కర్ణాటకలో త్వరలో జరగబోవు ఎన్నికల్లో బీజేపీ 150 సీట్లు గెలిచి అధికారంలోకొస్తుందని బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షుడు సందిరెడ్డి శ్రీనివాసులు తెలిపారు. శనివారం స్థానిక రోడ్లు భవనాల శాఖ అతిథి గృహంలో ఆయన విలేకరులతో మాట్లాడారు. కర్ణాటకలో కాంగ్రెస్ పార్టీ చేయించిన సర్వేలో బీజేపీకి 133 సీట్లు వస్తాయని తేలిందన్నారు. అలాగే రాష్ట్రంలో రివర్స్ టెండరింగ్‌పై బీజేపీ ఆధ్వరంలో చార్జ్‌షీట్ దాఖలు చేస్తామన్నారు. కార్యక్రమంలో నాయకులు లలిత్‌కుమార్, ఓలేటి రత్నమయ్య, దేవిరెడ్డి లక్ష్మీదేవి, అశోక్‌కుమార్, రామచంద్రయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### ఆస్పత్రి ఆవరణలో వ్యక్తి మృతి



సలీం మృతదేహం

అనంతపురం శ్రీకంఠం సర్కిల్: స్థానిక ప్రభుత్వాస్పత్రిలో ఆజాద్‌నగర్‌కు చెందిన సలీం (35) అనారోగ్యంతో శనివారం మృతిచెందాడు. మృతుడికి సంబంధీకులు ఎవరూ లేకపోవడంతో మృతదేహాన్ని ఔట్ పోస్టు పోలీసులు పోస్టుమార్టంలో భద్రపరిచారు. వైద్యం కోసం ఈనెల 1న ప్రభుత్వాస్పత్రిలో చేరాడని, పేరు సలీం అని, తండ్రిపేరు మహబూబ్‌బాషా, ఆజాద్ నగర్ అని మాత్రమే ఉందని సిబ్బంది తెలిపారు. చిరునామాగానీ, సెల్ ఫోన్ నంబరుగానీ ఇవ్వలేదన్నారు. పోలీసులు గుర్తు తెలియని మృతదేహంగా భద్రపరిచి, బాధిత కుటుంబ సభ్యుల కోసం ఆరా తీస్తున్నారు. వివరాలు తెలిసిన వారు అనంతపురం ఆస్పత్రిలోని ఔట్ పోస్టుపోలీసులను గాని, అనంతపురం టూటౌన్ పోలీసు స్టేషన్‌లోగానీ సంప్రదించాలన్నారు.

### పదోన్నతులు కల్పించడంలో జాప్యమేల?



ప్రిన్సిపాల్ చాంబర్ ముందు బైఠాయించిన బోధనేతర ఉద్యోగులు

అనంతపురం: జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం ఇంజినీరింగ్ కళాశాలలో పదోన్నతులు కల్పించడంలో జాప్యం చేస్తున్న అధికారుల వైఖరికి నిరసనగా బోధనేతర ఉద్యోగులు ఆందోళన నిర్వహించారు. క్యాంపస్ ఇంజినీరింగ్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ చాంబర్ ఎదురుగా శనివారం బైఠాయించి, నిరసన తెలియజేశారు. వారు మాట్లాడుతూ అర్హత, అనుభవం ఉన్నా పదోన్నతులు కల్పించలేదన్నారు. కమిటీల పేరుతో కాలయాపన చేస్తున్నారని ధ్వజమెత్తారు. సీనియార్టీ కోల్పోతున్నా, అధికారులు పట్టించుకోలేదన్నారు. ఎన్నో దఫాలుగా విన్నవించినప్పటికీ పదోన్నతుల ప్రక్రియ ప్రారంభించలేదన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం వీసీ ప్రొఫెసర్ జింకా రంగజనార్దన బోధనేతర ఉద్యోగుల వద్దకు వెళ్లి మాట్లాడారు. త్వరలోనే పదోన్నతులు కల్పిస్తామనే హామీ మేరకు ఆందోళన విరమించారు. కార్యక్రమంలో జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం బోధనేతర ఉద్యోగుల సంఘం శ్రీనివాసులు, కార్యదర్శి నాగప్ప తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# వైరల్



## ఆ అయిదు రోజులు... అయితే ఏంటీ!

మెనుస్ట్రుయేషన్‌కు సంబంధించిన విషయాలు బహిరంగంగా మాట్లాడడానికి సంకోచించే రోజుల్లో, శానిటరీ యాడ్స్‌లో నటించడానికి నటీమణులు ససేమిరా అనే రోజుల్లో కెరీర్ తొలి అడుగుల్లో శానిటరీ ప్యాడ్ యాడ్ లో నటించింది స్మృతి ఇరానీ.

అది తన తొలి యాడ్.

'అది ఫ్యాన్సీ యాడ్ కాదు. వదిలేయ్'

'ఈ యాడ్ చేస్తే తక్కువ చేసి చూస్తారు. నటిగా అవకాశాలు రావు' అని అందరూ భయపెట్టారు.

కానీ వాటిని పట్టించుకోకుండా ఆ యాడ్‌లో నటించింది స్మృతి.

25 సంవత్సరాల క్రితం నాటి ఆ వీడియోను స్మృతి ఇరానీ(ప్రస్తుతం కేంద్రమంత్రి) ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేస్తే వైరల్ అయింది.

ఆ వీడియోలో...

పీరియెడ్స్, వాటిపై ఉండే అపోహలు... మొదలైన వాటి గురించి స్మృతి ఇరానీ మాట్లాడింది.

'ఆ అయిదు రోజులు. అయితే ఏంటీ? పీరియెడ్స్ అంటే వ్యాధి కాదు. ప్రతి మహిళకు ఉండే సహజ లక్షణం.

నేను, మా అమ్మ, మీరు... లక్షలాది మంది భారతీయ మహిళల కోసం శానిటరీ ప్యాడ్‌లు ఉన్నాయి...' అంటూ సాగే స్మృతి మాటలకు ఆ రోజుల్లో ఎలాంటి స్పందన వచ్చిందో తెలియదుగానీ ఇప్పుడు మాత్రం వైరల్ అవుతోంది.

'ఇది తప్పనిసరిగా గుర్తుచేసుకోదగిన జ్ఞాపకం' అని తన వీడియో గురించి కాప్షన్ రాసింది స్మృతి ఇరానీ.

'ఈరోజుల్లో శానిటరీ ప్యాడ్ యాడ్‌లు చేయడానికి నటీమణులు సంకోచించడం లేదు. కాని ఆరోజుల పరిస్థితి వేరు. ఆ రోజులు నాకు ఇంకా బాగా గుర్తు ఉన్నాయి. పీరియెడ్స్ గురించి మాట్లాడడానికి ఇబ్బంది పడే రోజుల్లో ధైర్యంగా స్మృతి ఆ యాడ్ చేయడం అభినందనీయం' అంటూ ఒక యూజర్ కామెంట్ సెక్షన్‌లో స్పందించారు.

## 70 ప్లస్... తగ్గేదేల్యా!

గోవాలో గ్రామీణ బామ్మలు సర్ఫ్‌బోర్డులతో సర్ఫింగ్‌కు వెళితే? అనే ఊహను ఏఐ సాంకేతికతతో నిజం చేసిన ఫొటో వైరల్ అవుతోంది. ఆశిష్ జోస్ అనే యూజర్ ఈ ఫొటోను ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేశాడు. 'నానీస్ ఎట్ ది బీచ్' అని క్యాప్షన్ ఇచ్చిన ఈ ఫోటోపై యూజర్స్ నుంచి రకరకాల కామెంట్స్ వచ్చాయి.

'ఫొటో కాదు. బామ్మలు నిజంగానే సర్ఫింగ్ చేస్తే ఎంత బాగుండేదో' అని ఒకరు కామెంట్ రాస్తే, మరొకరు 'వెండి వొరెల్ వీడియో చూడండి చాలు' అని సలహా ఇచ్చారు.

టెక్సాస్‌కు చెందిన వెండి వొరెల్ వయసు 70 సంవత్సరాల పైమాటే. ఈ వయసులోనూ సర్ఫింగ్ చేస్తూ 'ఉమెన్ ఆఫ్ ది వేవ్'గా పేరు తెచ్చుకొని ఎంతోమందిలో స్ఫూర్తి నింపుతోంది.



## ముగ్గురు ఆడపిల్లల మురిపాల తండ్రి



ముగ్గురు ఆడపిల్లల మురిపాల తండ్రి మెటా సీయివో మార్క్ జుకర్‌బర్గ్. మాగ్జిమా (7), ఆగస్ట్(5)లకు తోడుగా గత మార్చి నెలలో ఈ లోకంలోకి వచ్చింది ఔరేలియ. 'వెల్‌కమ్ టూ ది వరల్డ్' అంటూ ఆ చిట్టి ఫోటోను పోస్ట్ చేసి స్వాగతం పలికాడు జుకర్‌బర్గ్.

**తాజా విషయానికి వస్తే...**

పెద్దమ్మాయి, రెండో అమ్మాయిల కోసం తానే స్వయంగా త్రీడీ ప్రింటింగ్ డ్రెస్‌లను డిజైన్ చేయడంతో పాటు కుట్టుపని కూడా నేర్చుకున్నాడు జుకర్‌బర్గ్.



తాను డిజైన్ చేసిన గౌన్‌ను పిల్లలు ధరించారు. ఆ ఫొటోను తన ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేశాడు జుకర్‌బర్గ్. ఈ ఫొటో బాగా వైరల్ అయింది.

'జుకర్ బర్గ్... మీరు ఎన్ని గొప్ప విజయాలు సాధించినా సరే, పిల్లల డ్రెస్ కోసం కేటాయించిన సమయం అత్యంత విలువైనది. భవిష్యత్‌లో మీ పిల్లలకు ఎప్పుడూ గుర్తుండిపోయే విలువైన సందర్భం ఇది' అంటూ నెటిజనులు స్పందించారు.

## దెయ్యం కాదు మడిసే

ఎదురుగా ఉన్నది దెయ్యమో మనిషో తేల్చుకోవడానికి కాళ్లు వెనక్కు తిరిగి ఉండటాన్ని ప్రామాణికంగా తీసుకుంటారు జానపదులు.

ఇక్కడ ఉన్న కెల్సీ గ్రబ్ దెయ్యమేమో అని అనుమానం వస్తే తప్పులేదు.

ఎందుకంటే ఏకంగా ఆమె తన పాదం మొత్తాన్ని వెనక్కు తిప్పి గిన్నెస్ రికార్డును బద్దలు కొట్టింది.

మే 2న ఈ రికార్డు నమోదైంది.

ప్రస్తుతం ఈమె కాళ్ల వైపే లోకం అబ్బురంగా చూస్తోంది.

'పిల్లలకు గిన్నెస్ బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్ అంటే క్రేజ్ ఉంటుంది. చిన్నప్పటి నుంచి నాక్కూడా ఉండేది. కాని నేను కూడా ఆ రికార్డ్ సాధిస్తాననుకోలేదు' అని సంబరపడుతోంది కెల్సీ గ్రబ్.

అమెరికాలోని న్యూ మెక్సికోలో ఆల్‌బకాకీ అనే ఊరికి చెందిన 32 ఏళ్ల కెల్సీ తన కాలిని171.4 డిగ్రీలు వెనక్కు తిప్పడం ద్వారా గిన్నెస్ రికార్డు స్థాపించింది. 'గత సంవత్సరం ఏదో షాపులో గిన్నెస్ రికార్డ్-2021 పుస్తకం తిరగేశాను. అందులో కాలు వెనక్కు తిప్పే వ్యక్తి ఫొటో ఉంది. అతని కంటే ఎక్కువగా వెనక్కు ఎందుకు తిప్పకూడదు అనిపించింది' అంది కెల్సీ.

ఐస్ స్కేటింగ్‌ను తరచూ సాధన చేసే కెల్సీ స్కేటింగ్‌లో పాదాలు చురుగ్గా ఉండాలి కనుక తను సాధన చేస్తే కాలిని వెనక్కు తిప్పగలదు అనుకుంది. 'నేను పెద్దగా కష్టపడలేదు. అప్పుడప్పుడు పాదాన్ని వెనక్కు తిప్పుతూ ఉండేదాన్ని. కొన్నిసార్లు మోకాల్లో నొప్పి అనిపించేది. అప్పుడు మాత్రం కొంచెం మెల్లగా తిప్పేదాన్ని' అని తెలిపింది కెల్సీ.

ఆమె ఇప్పుడు ఎంత సాధన చేసిందంటే 'జనం వెనక్కు తిరిగిన పాదాన్ని కాకుండా అంత సులభంగా పాదాన్ని తిప్పినందుకే ఎక్కువ ఆశ్చర్యపోతుంటారు' అని నవ్వింది.





స్నేహితులు ఆమె విన్యాసాన్ని పూర్తిగా గమనించాక గిన్నెస్ రికార్డ్స్ వారికి మెయిల్ పెట్టింది కెల్సీ. 'ఇదేదో రికార్డు స్థాయి ఫీట్ లాగానే ఉంది. వచ్చి పరీక్షించండి అని మెయిల్ పెట్టాను. చిన్నపిల్లల్లాగే ఉత్సాహంగా ఎదురు చూశాను. రికార్డు కన్ఫర్మ్ అయ్యాక చాలా సంబరపడ్డాను' అందామె.

సాధారణ జనంలో చాలా మంది కాలిని 90 డిగ్రీల వరకూ వెనక్కు తిప్పగలరు. కాని కెల్సీ దాదాపు 180 డిగ్రీలు వెనక్కు తిప్పడంతో ఈ వార్త వైరల్‌గా మారింది.



## ఒక్క నిమిషం.. 9 భాషలు... 13 పాటలు!

'ఎన్ని పాటలు పాడగలరు?' అని అడిగితే 'ఎన్నయినా సరే' అంటారు పాటలను ప్రేమించే గాయకులు.

'ఒకే ఒక్క నిమిషంలో ఎన్ని పాడగలరు?' అని అడిగితే మాత్రం- 'మీరెవరండీ బాబూ' అంటారు. అయితే సౌత్ కొరియాకు చెందిన ఒక యువ జంట ఇండోనేషియా నుంచి ఇండియా (బాలీవుడ్ సినిమా సుఖాన్‌లోని దిల్ కో ఖరార్ ఆయా...పాట) వరకు తొమ్మిది భాషలలో 13 పాటలు పాడారు. ఈ వీడియో 2.1 మిలియన్‌ల వ్యూస్ సొంతం చేసుకొని దూసుకుపోతోంది.

'ఇది సరేగానీ... ఒక్క నిమిషంలో 13 పాటలు ఎలా సాధ్యం?' అనే సందేహం అందరికీ వస్తుంది. 13 పాటలలోని ఒక్కో చరణాన్ని తీసుకొని ఒకే పాటలా చాలా స్పీడ్‌గా పాడారు.

## సెల్ఫ్ ఎంపవర్‌మెంట్



కోల్‌కతాకు చెందిన దీప్తి ఘోష్ ఇంజనీరింగ్ చదువుకుంది. తండ్రి చనిపోవడంతో కుటుంబ బరువు బాధ్యతలు తనపై పడ్డాయి. ఉద్యోగాల వేటలో పడింది. అయితే వచ్చిన ఒకటీ రెండు ఉద్యోగాలు 'ఔట్ ఆఫ్ కోల్‌కతా' వచ్చాయి.

తల్లి, చెల్లిని విడిచి దూరంగా ఉండలేని పరిస్థితి.

సిటీలో ఉద్యోగం ఎప్పుడు దొరుకుతుందో ఏమో అనుకునే పరిస్థితుల్లో ఖాళీగా ఉండడం ఎందుకని క్యాబ్ డ్రైవర్‌గా మారింది. మంచి ఆదాయాన్ని ఆర్జిస్తూ కుటుంబానికి అన్నిరకాలుగా అండగా నిలుస్తోంది. దీప్తి క్యాబ్‌లో ప్రయాణించిన దిల్లీకి చెందిన పరమ్ కల్యాణ్‌సింగ్ ఆమె స్టోరీని పోస్ట్ చేస్తే సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయింది.

'సెల్ఫ్ ఎంపవర్‌మెంట్ అంటే ఇదే'

'చదువుకు తగ్గ ఉద్యోగం దొరకడం లేదని బాధపడుతూ కూర్చోవడం కంటే ఇది ఎంత గొప్ప పని!'

'దీప్తి తన వృత్తిని గౌరవిస్తుంది. శ్రమజీవుల లక్షణం ఇది. స్త్రీ సాధికారతకు తిరుగులేని ఉదాహరణ దీప్తి'... ఇలాంటి కామెంట్స్ ఎన్నో నెటిజనుల నుంచి వచ్చాయి.

# హెల్త్

మే 10 వరల్డ్ లూపస్ డే

లూపస్ అంటే తోడేలు అని అర్థం. ఈ వ్యాధి ఉన్నవారిలో ముక్కుకు ఇరువైపులా ముఖం మీద రెక్కలు విప్పుకున్న సీతాకోకచిలుక ఆకృతిలో ర్యాషెస్ ఏర్పడతాయి. దాంతో చూడడానికి ముఖం తోడేలు మారిది కనిపించడంతో ఈ వ్యాధికి ఆ పేరొచ్చింది. దీన్నే సిస్టమిక్ లూపస్ ఎరిథెమటోసస్ (సంక్షిప్తంగా ఎస్ఎల్ఈ) లేదా లూపస్ అంటారు. నిజానికి ఇది దేహంలోని ఏ భాగాన్నైనా తేలిగ్గా దెబ్బతీయగలదు. కాబట్టి దీన్ని ప్రమాదకరమైన వ్యాధిగానే పరిగణించాలి. తమ సొంత వ్యాధి నిరోధక వ్యవస్థకు సంబంధించిన కణాలు సొంత అవయవాలపైనే దాడి చేయడం వల్ల దీన్ని 'ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధి'గా పేర్కొనవచ్చు. ఈ నెల 10న వరల్డ్ లూపస్ డే సందర్భంగా ఈ వ్యాధిపై అవగాహన కోసం ఈ కథనం.





## తోడేలు వ్యాధిగా పిలిచే 'లూపస్'!

శరీరంలోని దాదాపు ఏ అవయవాన్నైనా దెబ్బతీయగల వ్యాధి కావడం వల్ల ఇది సోకిన వారిలో ప్రభావితమైన అవయవం పనితీరు అస్తవ్యస్తమవుతుంది. దాంతో అనేక వైకల్యాలు ఏర్పడవచ్చు. గతంలో దీని ఉనికి పెద్దగా కనిపించకపోయినప్పటికీ ఇటీవల దీని ప్రభావం ఎక్కువగా కనిపిస్తుండం వల్ల దీన్ని తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం ఏర్పడింది.

**■ ఎస్ఎల్ఈ తీవ్రత ఇలా...**

లూపస్ తీవ్రత అందరిలోనూ ఒకేలా ఉండదు. వ్యక్తి నుంచి వ్యక్తికి మారుతుంది. ముందే కనుగొని చికిత్స అందించకపోతే తీవ్ర రూపం దాల్చే అవకాశం ఉంది. ఇన్ఫెక్షన్లు సోకడం వల్ల లేక గుండె సంబంధిత సమస్యలతో ఇది కొన్నిసార్లు ప్రాణాంతకం అయ్యే ప్రమాదమూ ఉంది. అందుకే ముందుగానే గుర్తించి తగిన చికిత్స తీసుకోవడం మేలు. అయితే దీనికి పూర్తిగా నయం చేసే చికిత్స అందుబాటులో లేదు. ఈ వ్యాధి తాలూకు లక్షణాలు తీవ్రరూపం దాల్చి కనిపిస్తున్నప్పుడు వాటిని 'ఫ్లేర్స్'గా పిలుస్తారు. ఈ ఫ్లేరప్ ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఇది ప్రాణాలకూ ముప్పు తెచ్చిపెట్టవచ్చని గ్రహించి, ఆ పరిస్థితికి వెళ్లకుండా డాక్టర్లు చెప్పిన మందులు తీసుకుంటూ, వారి సూచనలను జాగ్రత్తగా పాటిస్తూ ఉండాలి.

**■ ముప్పు ఎవరెవరిలో...**

ఈ వ్యాధి పెద్దలు పిల్లలు అని తేడా లేకుండా ప్రతి ఒక్కరిలోనూ కనిపించవచ్చు. అయితే 15 నుంచి 44 ఏళ్ల మధ్యవారిలోనూ, గర్భధారణకు అవకాశమున్న మహిళల్లోనూ ఇది ఎక్కువ. పురుషుల్లో కంటే మహిళల్లో మరికాస్త ఎక్కువ. నిష్పత్తిని పరిశీలిస్తే ఒక పురుషుడికి 12 మంది స్త్రీలు ఈ వ్యాధికి గురయ్యే అవకాశముంది.

**■ ప్రభావితమయ్యే అవయవాలివే...**

మన వ్యాధి నిరోధక శక్తి ఏ అవయవంలోని ఆరోగ్యకరమైన కణజాలాన్ని (టిష్యూలను) దెబ్బతీస్తే ఆ అవయవం ప్రభావితమవుతుంది. ఇలా కళ్లూ, కీళ్లు, చర్మం, కిడ్నీలు, రక్తకణాలు, గుండె, ఊపిరితిత్తులు... ఈ వ్యాధి తాలూకు ప్రభావంతో దెబ్బతినే అవకాశాలుంటాయి.

**■ లక్షణాలు...**

లూపస్ తాలూకు లక్షణాలన్నీ ఒక్కొక్కరిలో ఒక్కోలా కనిపిస్తాయి. ప్రభావితమైన అవయవాన్ని బట్టి లక్షణాలూ మారవచ్చు. అందువల్లనే ఈ వ్యాధి నిర్ధారణ ఒక్కోసారి జటిలంగా మారుతుంది. కొన్నిసార్లు ఇన్ఫెక్షన్‌గానూ, ఆర్థరైటిస్‌గానూ పొరబడి, తప్పుగా నిర్ధారణ జరిగే అవకాశాలూ లేకపోలేదు.

● నీరసం, కీళ్ల నొప్పులు, కీళ్ల వాపు వంటి ఆర్థరైటిస్ లక్షణాలతో ఇది వ్యక్తమయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువ. అందుకే దీన్ని ఆర్థరైటిస్‌గానూ, కండరాల నొప్పులతో కూడిన ఫైబ్రోమయాల్జియాగానూ, తీవ్రమైన నిస్సత్తువ, అలసట వంటి లక్షణాలతో వ్యక్తమైనప్పుడు క్రానిక్ ఫెటీగ్‌గానూ, కొన్ని సందర్భాల్లో మానసిక సమస్యగా నిర్ధారణ చేయడానికి అవకాశాలు ఎక్కువ. అందుకే దీన్ని చాలా నిశితంగా పరిశీలించాల్సి ఉంటుంది. ● తీవ్రతను బట్టి తేలికపాటివి, ఓ మోస్తరు నుంచి తీవ్రమైన లక్షణాలు కనిపించవచ్చు. ● జ్వరం, ఆకలి లేకపోవడం, అన్నం సయించకపోవడం, బరువు తగ్గడం వంటి లక్షణాలూ సాధారణం. ● ఒళ్లంతా మంటలుగా అనిపించవచ్చు. ● లూపస్‌ను గుర్తించడానికి తోడ్పడే కీలకమైన లక్షణాల్లో ముఖ్యమైనది చర్మం, మ్యూకస్ పొరలు ప్రభావితం కావడం. ఇందువల్ల ఎండ తీవ్రతను ఏమాత్రమూ భరించలేదు. ముఖ్యమైన లక్షణం ఏమిటంటే ముఖం చర్మం మీద ముక్కుకు ఇరువైపులా సీతాకోకచిలుక ఆకృతిలో ర్యాష్ వస్తుంది. నోరు, ముక్కుపొరల్లో పూత కనిపిస్తుంది. ఈ లక్షణాల్ని బట్టి దీన్ని కనుగొనడానికి ఆస్కారం ఎక్కువ. ● దీని బాధితుల్లో 50 శాతం కంటే ఎక్కువ మంది రక్తహీనతతో బాధపడుతుంటారు. ● కొందరిలో తీవ్రమైన తలనొప్పి, తెల్లరక్తకణాల సంఖ్య తగ్గడం, ప్లేట్‌లెట్ల సంఖ్యలోనూ తగ్గుదల వంటి లక్షణాలూ కనిపిస్తాయి. ● ఎస్ఎల్ఈ వల్ల కిడ్నీలు ప్రభావితమైనవారిలో రక్తపోటు, మూత్రంలో రక్తం, ప్రోటీన్ పోవడం, క్రియాటినిన్‌లో పెరుగుదల కనిపిస్తాయి. దీంతో లూపస్ నెఫ్రైటిస్‌ను అనుమానించి, ఆ దిశగా వ్యాధి నిర్ధారణ చేసేందుకు బయాప్సీ వంటి పరీక్షలూ చేయాలి. ● ఊపిరితిత్తులు ప్రభావితమైనప్పుడు ఊపిరాడకపోవడం, ఛాతీలో నొప్పి, ఊపిరితిత్తుల్లో ద్రవాలు పేరుకోవడం, దగ్గినప్పుడు రక్తం పడటం కనిపించవచ్చు. ● గుండె ప్రభావితమైనప్పుడు చిన్నవయసులోనే గుండెపోటు రావచ్చు. ● ఎస్ఎల్ఈ బాధితుల్లో ఆందోళన, డిప్రెషన్ లేదా రెండూ, సైకోసిస్, ఉన్మాదంగా ప్రవర్తించడం వంటి మానసిక సమస్యలతో పాటు నిద్రలేమి, చిరాకు వంటి లక్షణాలూ కనిపిస్తాయి. ● కళ్లు ప్రభావితమైనప్పుడు కంట్లో శుక్లం, మాక్యులోపతి, గ్లకోమా, చూపు తగ్గడం, ఒక్కోసారి చూపు కోల్పోవడమూ జరగవచ్చు. ● జీర్ణవ్యవస్థలో పేగులు మొదలుకొని ఇలా దేహంలో ఏ భాగం ప్రభావితమవుతుందో, వాటి తాలూకు లక్షణాలు కనిపించవచ్చు. ● ఇది ఉన్న మహిళల్లో గర్భస్రావాలు సాధారణం. వీళ్లు గర్భం దాల్చి బిడ్డను కనేందుకు తమ ప్రెగ్నెన్సీని జాగ్రత్తగా ప్లాన్ చేసుకోవాలి.

**కారణాలు**

లూపస్ వ్యాధికి నిర్దిష్టమైన కారణాలంటూ ఏవీ లేవు.

● ఎస్ఎల్ఈ వంశపారంపర్యమని చెప్పడానికి అవకాశం లేదుగానీ... కుటుంబంలో ఎవరికైనా ఈ వ్యాధి ఉన్నప్పుడు అదే కుటుంబాలకు చెందినవారిలో కొంతమందికి ఇది కనిపించడం మామూలే.

● ఏవైనా వ్యాధుల బారిన పడ్డ తర్వాత అంటే వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్స్ సోకిన తర్వాత లేదా కొన్ని మందుల దుష్ప్రభావాల కారణంగా కూడా ఇది కనిపించవచ్చు.

● తీవ్రమైన ఒత్తిడికి లోనవ్వడం కూడా ఈ వ్యాధికి ఒక కారణం.

**నివారణ**

వ్యాధి నివారణ కోసం ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అనుసరించడం. పొగతాగడం – మద్యం అలవాట్లకు పూర్తిగా దూరంగా ఉండటం. సన్‌స్క్రీన్ వాడుతూ ఎండ నుంచి రక్షించుకోవడం. బయటికి వెళ్లాల్సి వచ్చినప్పుడు లేత రంగు దుస్తులను ధరించడం వంటి జాగ్రత్తలను పాటించాలి.

**■ నిర్ధారణ :** యాంటీ న్యూక్లియర్ యాంటీ బాడీ టెస్ట్ అనే వైద్యపరీక్ష సహాయంతో దీన్ని నిర్ధారణ చేస్తారు. అయితే కొంతమంది ఆరోగ్యవంతుల్లోనూ ఈ పరీక్ష పాజిటివ్‌గా వస్తుంది కాబట్టి ఈ విషయంలో అనేక శారీరక, మానసిక లక్షణాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని రుమటాలజిస్టులు చాలా జాగ్రత్తగా వ్యాధి నిర్ధారణ చేయాల్సి ఉంటుంది.

**■ చికిత్స :** ఇది ఓ ఆటోఇమ్యూన్ వ్యాధి కాబట్టి దీనికి చికిత్స కష్టమవుతుంది. ఏ అవయవాన్ని దెబ్బతీస్తుందో దాన్ని బట్టి కూడా చికిత్స మారుతుంది. చికిత్సలో భాగంగా యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ మందులు, ఇబుప్రొఫెన్, నాప్రొక్సెన్ సోడియం వంటివి వాడుతారు. లక్షణాలను బట్టి మందులిస్తూ, తీవ్రత (ఫ్లేర్స్‌ను) తగ్గించడానికి ఒక్కోసారి స్టెరాయిడ్స్ ఇస్తూ, చర్మంపై దద్దుర్లు తగ్గించడం కోసం స్టెరాయిడ్ క్రీమ్స్‌తోనూ చికిత్స చేయాల్సి ఉంటుంది. క్లిష్టమైన కేసుల్లో ఇమ్యూనోసప్రెసివ్ డ్రగ్స్ అనే రోగనిరోధక వ్యవస్థ తీవ్రతను తగ్గించే మందుల్ని వాడతారు.



డాక్టర్ విజయ ప్రసన్న పరిమి
సీనియర్ రుమటాలజిస్ట్

## బాలింతకు పాలు బాగా పడాలంటే..?

చాలా సందర్భాల్లో ప్రసవం అయిన వెంటనే తల్లికి తగినంతగా పాలు పడక, బిడ్డకు సరిపోయినన్ని పాలు స్రవించని సందర్భాల్లో వెంటనే పోతపాలకు అలవాటు చేస్తుంటారు. మామూలు తల్లిపాలతో పోలిస్తే కాస్త రుచిగా ఉండి, బాటిల్‌తో సులువుగా తాగగలిగిన పోత పాలకు బిడ్డ తేలిగ్గా అలవాటు పడడం సహజం. దాంతో చిన్నారులకు పోతపాలు బాగా నచ్చుతాయి. ఆ తర్వాత తల్లి దగ్గర పాలు తాగడానికి పెద్దగా ఇష్టపడరు. అందుకే ముందుగా బిడ్డకు తల్లి పాలను అలవాటు చేయడమే మంచిది.



కొంతమంది మహిళల్లో ప్రసవం తర్వాత బిడ్డకు సరిపోయినంతగా పాలు పడకపోవచ్చు. అలాంటివారిలో నేచురల్‌గానే పాలు బాగా పడటానికి చేయాల్సి పనులివి...

ఇందుకోసం... ● బాలింత తన ఆహారంలో పాలు, పెరుగు, కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, పప్పుధాన్యాలు బాగా తీసుకుంటూ ఉండాలి. ● నీళ్లు కూడా ఎక్కువగా తాగుతూ ఉండటం అవసరం. ●అంతేకాదు... ఆహారంలో నువ్వులు, వెల్లుల్లి, పాలు, కోడిగుడ్లు, కొబ్బరి, కొబ్బరి నీళ్లు, మంచినీళ్లు ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల తల్లికి స్వాభావికంగానే బాగా పాలు పడే అవకాశం ఉంటుంది.

సిజేరియన్ తర్వాత బిడ్డ పుట్టాక చాలామంది తల్లులు తమకు సర్జరీ అయిన ప్రాంతంలో కుట్లు చీము పడతాయని పప్పుధాన్యాలను తీసుకోరు. ఒంటికి నీరు పడుతుందనే అపోహతో ద్రవపదార్థాలనూ, బిడ్డకు జలుబు చేస్తుందంటూ తమకు ఆరోగ్యాన్ని, పోషకాలను ఇచ్చే పండ్లను తీసుకోరు. అందువల్ల తల్లికి పాలు సరిగ్గా పడకపోవడం, అజీర్తి, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు వస్తాయి.

అందుకే ఇలాంటి అపోహల జోలికి పోకుండా బాలింతకు మంచి పోషకాహారంతో పాటు, ద్రవాహారాలు, నీళ్లు, పండ్లు ఇస్తూ ఉండటం అవసరం.

మరికొంత మంది తల్లులు తమ బిడ్డకు పాలు సరిపోవడం లేదనే అపోహతో పోతపాలు పడుతుంటారు. నిజానికి... బిడ్డ పాలు తాగిన తర్వాత రెండు నుంచి మూడు గంటల సేపు హాయిగా నిద్రపోవడంతో పాటు... రోజు మొత్తంలో ఆరుసార్ల కంటే ఎక్కువగా మూత్రం పోస్తున్నా, వయసుకు తగినట్లు బరువు పెరుగుతున్నా తల్లి పాలు బిడ్డకు సరిపోతున్నట్లుగా గుర్తించాలి.

పైన పేర్కొన్న సూచనలు పాటించాక కూడా ఇంకా పాలు సరిపోనట్లయితే డాక్టర్ సలహా మేరకు ట్యాబ్లెట్లు, పాలలో కలిపే పొడులు వాడాల్సి రావచ్చు. అలాంటి సందర్భాల్లో డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి.

## హెర్నియా సర్జరీ తర్వాత వ్యాయామం చేయవచ్చా?

పొత్తికడుపు కండరాలు బలహీనంగా ఉన్నవారికి హెర్నియా సమస్య వస్తుంది. మలబద్ధకం కారణంగా మలవిసర్జన సమయంలో బాగా ముక్కాల్సిన పరిస్థితి ఉన్నవారిలోనూ, వారు దగ్గినప్పుడు, ఏవైనా బరువులెత్తినప్పుడు ఈ సమస్య మరింత పెరుగుతుంది. ఈ సమస్యకు సర్జరీయే పరిష్కారం. అయితే హెర్నియా సర్జరీ తర్వాత ఎక్సర్‌సైజ్ మొదలుపెట్టవచ్చా లేదా అనే సందేహం చాలామందిలో ఉంటుంది. హెర్నియా సర్జరీ తర్వాత కూడా వ్యాయామం మొదలుపెట్టవచ్చు. అయితే ఎక్సర్‌సైజ్‌లు మొదలుపెట్టడానికి ముందుగా ఒకసారి సర్జన్‌ను సంప్రదించి తగిన సూచనలు తీసుకోవడం అవసరం. హెర్నియా సర్జరీ అయిన వారు తమ గాయం బాగా తగ్గాక... రోజూ ఉదయం సాయంత్రం 20 నిమిషాల చొప్పున రెండుసార్లు వాకింగ్ లాంటి తేలికపాటి వ్యాయామాలు చేయవచ్చు. వాకింగ్ సమయంలో వారు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలివి... ● బలంగా గాలి పీల్చుతూ చేసే బ్రీతింగ్ ఎక్సర్‌సైజ్‌లు చేయకూడదు. ● కడుపుపై ఒత్తిడి పెంచే ఆసనాల జోలికి పోకూడదు. ● బరువులు ఎత్తే వ్యాయామాలకూ దూరంగా ఉండాలి. ఎందుకంటే అవి కడుపుపై ఒత్తిడిని పెంచుతాయి. అలాగే హెవీ వెయిట్ లిఫ్టింగ్, రన్నింగ్, తీవ్రమైన జిమ్ వ్యాయామాలకు కనీసం ఆర్నెల్ల పాటు దూరంగా ఉండాలి.

ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ కడుపుమీదగాని, ఆపరేషన్ చేసిన చోటగాని ఎలాంటి వాపు లేకపోతే ఇతర వ్యాయామాలు కూడా చేస్తూ, వాటి వ్యవధినీ, రిపిటీషన్లను క్రమంగా పెంచుకుంటూ పోవచ్చు.

